

NO SORBITOL



Dilluns 6	Dimarts 7	Dimecres 8	Dijous 9. Dia de proteïna vegetal	Divendres 10. Menú temàtic
Macarrons ECO amb orenga	Verdura permesa amb patata	Verdura permesa amb patata	Verdura permesa amb patata	Arròs a les fines herbes
Lluç al forn amb julivert amb enciam	Truita de formatge amb niu d'enciams	Llom a la planxa	Truita francesa	Pollastre a la planxa
logurt natural	Fruita ECO de temporada permesa	Fruita ECO de temporada permesa	Fruita ECO de temporada permesa	Fruita ECO de temporada permesa
Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17. Dia de proteïna vegetal
Verdura permesa amb patata	Verdura permesa amb patata	Arròs a les fines herbes	Espirals ECO amb orenga	Verdura permesa amb patata
Truita francesa amb enciam	Llom a la planxa amb enciam	Pollastre a la planxa	Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams	Truita francesa
Fruita ECO de temporada permesa	logurt natural	Fruita ECO de temporada permesa	Fruita ECO de temporada permesa	Fruita ECO de temporada permesa
Dilluns 20	Dimarts 21. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
Verdura permesa amb patata	Arròs a les fines herbes	Arròs a les fines herbes	Verdura permesa amb patata	Espaguetis ECO amb orenga
Llom a la planxa amb enciam	Truita francesa	Pollastre a la planxa	Ous durs amb enciam	Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams
Fruita ECO de temporada permesa	Fruita ECO de temporada permesa	Fruita ECO de temporada permesa	Fruita ECO de temporada permesa	logurt natural
Dilluns 27. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	Divendres 31. La Castanyada!
Arròs a les fines herbes	Trinxat de bledes amb patata ECO	Pasta amb orenga	Verdura permesa amb patata	Verdura permesa amb patata
Truita francesa	Pollastre a la planxa amb enciam	Filet de maira fregidet amb niu d'enciams	Truita francesa amb enciam i pipes	Pollastre a la planxa
Fruita ECO de temporada permesa	Fruita ECO de temporada permesa	Fruita ECO de temporada permesa	Fruita ECO de temporada permesa	logurt natural

Verdures permeses: bleda, carxofa, bròquil, xampinyons, enciam, rave, espinacs, espàrrec, carbassó, col, carbassa, porro, Llenties.

Verdures NO permeses: tomàquet, nap, moniato, pastanaga, remolatxa, blat de moro, cogombre, ceba, pebrot, julivert. Pèsol, mongeta verda, soja.



@somvalors
www.somvalors.com