



menú desembre 2024

alternatura | DIETÈTICA
I NUTRICIÓ

magrana cuina RSIPAC 2607002/CA

menús revisats per dietistes-nutricionistes, col·legiades pel CODINUCAT

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2 . espirals a la carbonara . hamburguesa de pollastre i amanida (enciams, pastanaga i raves) . fruita de la temporada conté: gluten, lactosa, sulfits	3 . arròs 3 delícies (pastanaga, ou , pèsols) . truita d'espínacs i amanida (enciams, col llombarda i pastanaga) . iogurt natural de La Torre conté: llegum, ou, lactosa	4 . crema de verdures d'hivern (coliflor, ceba, porro, xirivia) amb crostons . falafels amb maionesa i amanida (enciam, pastanaga i olives) . fruita de la temporada conté: gluten, ou	5 festa!!	6 festa!!
escudella, carn i verdures del caldo/ iogurt	crema de verdures/ peix blanc i amanida/ compota	crema de verdures/ peix blanc i amanida/ compota		
9 . espaguetis amb tomàquet i orenga . hamburguesa de quinoa amb amanida (enciam, pastanaga i germinats) . iogurt natural de La Torre conté gluten, lactosa	10 . sopa de caldo amb arròs . lluç a la romana amb amanida (enciam, endívia, pastanaga i nous) . fruita de la temporada conté api, peix, ou, gluten, nous	11 . trinxat de col i patata amb allets . pollastre al forn amb verdures . fruita de la temporada no conté al·lèrgens	12 . cigrons amb espínacs . truita camperola amb amanida (enciam, remolatxa, i olives) . fruita de	