

JAUME I

GENER

VALORS MENJADORS EDUCATIUS
www.menjadorseducatius.com
 Telf. 934 274 734



TRITURAT SENSE PLV, OU NI FRUITS SECS



Dilluns 7	Dimarts 8	Dimecres 9	Dijous 10	Divendres 11
	Triturat d'arròs, carn de porc i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica	Triturat de llenties, pollastre i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica	Triturat de patata, gall dindi i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica	Triturat de patata, peix i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica
Dilluns 14	Dimarts 15	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18
Triturat de patata, peix i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica	Triturat de patata, gall dindi i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica	Triturat d'arròs, lluç i verdures logurt de soja	Triturat de patata, pollastre i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica	Triturat de cigrons, vedella i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica
Dilluns 21	Dimarts 22	Dimecres 23	Dijous 24	Divendres 25
Triturat d'arròs, peix i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica	Triturat de mongetes seques, pollastre i verdures logurt de soja	Triturat de patata, magra de porc i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica	Triturat de patata, peix i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica	Triturat de patata, gall dindi i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica
Dilluns 28. Menús de sempre!	Dimarts 29	Dimecres 30	Dijous 31	
Triturat de patata, pollastre i verdures logurt de soja	Triturat de patata, bacallà i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica	Triturat d'arròs, carn de vedella i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica	Triturat de patata, gall dindi i verdures Triturat de fruita de temporada ecològica	

El pollastre és de pagès, amb alimentació vegetal, mínim un 65% de cereals, dels quals com a mínim un 50% de blat de moro, sacrificat almenys 56 dies i criat amb sistema extensiu.

Les verdures i hortalisses són ecològiques.

Les fruites de temporada poden ser: kiwi, poma, mandarina, taronja, pera, pinya, plàtan o magrana.

Les verdures de temporada poden ser: bledes, carxofa, col, bròquil, carbassa, coliflor, espinacs, porro, pastanaga, enciam i tomàquet.



@somvalors
www.somvalors.com

Revisat per Andrea Rodríguez Sancho CAT000899
 Graduada en Nutrició Humana i Dietètica