

TRITURAT, SENSE PLV, OU NI FRUITS SECS



| | | | | Divendres 1 |
|--|--|--|--|---|
| | | | | Triturat de lleties, ou i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada |
| Dilluns 4 | Dimarts 5 | Dimecres 6 | Dijous 7 | Divendres 8 |
| Triturat d'arròs, lluç i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de patata, gall dindi i verdura Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de patata, llom i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de patata, <i>peix</i> i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de mongetes blanques, pollastre i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada |
| Dilluns 11 | Dimarts 12 | Dimecres 13 | Dijous 14 | Divendres 15 |
| Triturat de patata, <i>peix</i> i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de patata, carn de vedella i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de cigrons, pollastre i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de patata, <i>peix</i> i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat d'arròs, gall dindi i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada |
| Dilluns 18 | Dimarts 19 | Dimecres 20 | Dijous 21 | Divendres 22 |
| Triturat d'arròs, <i>gall dindi</i> i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de patata, lluç i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de patata, carn de vedella i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de patata, <i>peix</i> i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de lleties, pollastre i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada |
| Dilluns 25 | Dimarts 26 | Dimecres 27 | Dijous 28 | Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada |
| Triturat d'arròs, gall dindi i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de cigrons, pollastre i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de patata, <i>peix</i> i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | Triturat de patata, <i>peix</i> i verdures Fruita de temporada <i>ecològica</i> triturada | |

El pollastre és de pagès, amb alimentació vegetal, mínim un 65% de cereals, dels quals com a mínim un 50% de blat de maro, 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 o plàtan.

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



@somvalors

www.somvalors.com

Revisat per Andrea Rodríguez Sancho

CA1000899

Graduada en Nutrició Humana i Dietètica