

TRITURAT, SENSE PLV, OU NI FRUITS SECS



				Divendres 1
				Triturat de patata, gall dindi i verdures Fruita de temporada ecològica triturada
Dilluns 4	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
FESTIU	Triturat de patata, lluç i verdures logurt de soja	Triturat d'arròs, carn de porc i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat de patata, gall dindi i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat de mongetes blanques, pollastre i verdures Fruita de temporada ecològica triturada
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Triturat d'arròs, peix i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat de cigrons, gall dindi i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat de patata, pollastre i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat d'arròs, peix i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat de patata, carn de vedella i verdures Fruita de temporada ecològica triturada
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Triturat de patata, peix i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Trotirat d'arròs, pollastre i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat de patata, carn de vedella i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat de lenties, gall dindi i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat d'arròs, peix i verdures Fruita de temporada ecològica triturada
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
Triturat de patata, pollastre i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat d'arròs, peix i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat de patata, lluç i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat de cigrons, carn de porc i verdures Fruita de temporada ecològica triturada	Triturat d'arròs, gall dindi i verdures Fruita de temporada ecològica triturada

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: maduixes, kiwi, poma, mandarina, taronja, pinya o plàtan

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



@somvalors
www.somvalors.com

Revisat per Andrea Rodríguez Sancho CA1000899
Graduada en Nutrició Humana i Dietètica