

MAIG 2009

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	divendres Dia 1
				FESTA
Dia 4 FESTA	Dia 5 Amanida grega Rodó de gall d'indi amb puré de patata i verdures al vapor Fruita	Dia 6 Crema de pèsols amb rostes de pa Rotllets de pernil dolç, formatge i poma Iogurt	Dia 7 Amanida tèbia de favetes Torrada amb escalivada i tonyina Broqueta de fruites	Dia 8 Amanida de tomàquet i soja amb mozzarella Filet de rosada al forn amb fideus d'arròs saltats Iogurt
Dia 11 Patata i col sofregida Sandvitx vegetal Iogurt	Dia 12 Minestra de verdures Boletes de salmó amb espàrrecs saltats Fruita	Dia 13 Escarola amb pastanaga, tomàquet i remolatxa Patís de pernil Iogurt	Dia 14 Sopa meravel·la Rodanxa de lluç a la planxa amb verdures arrebossades Fruita	Dia 15 Crema de pastanaga Trita de carxofes amb pa torrat Fruita
Dia 18 Amanida amb cus-cus Ous farcits Macedònia natural amb suc de taronja	Dia 19 Tempura de verdures amb patata Llom a la italiana Fruita	Dia 20 Arròs integral amb tomàquet natural ratllat Bacallà al forn amb samfaina Gelats casolà de iogurt i fruites	Dia 21 Patata i espinacs Hamburguesa de llegums amb xips de carbassa Fruita	Dia 22 Enciam de colors amb tomàquets cirera i xampinyons saltats Peix al forn amb patata Fruita
Dia 25 Amanida amb formatge Costelles de xai a la planxa amb patata al forn Iogurt amb galetes	Dia 26 Tallarines amb tomàquet natural Broquetes de pollastre i pinya Fruita	Dia 27 Bròquil gratinat amb formatge Pa amb tomàquet i pernil dolç Fruita	Dia 28 Bajoques saltades amb pernil dolç Lluç al forn amb patates i beixamel Quallada	Dia 29 Amanida de colors amb mango i nous Patates farcides de carn Fruita

NOTA: Menús revisats per la dietista Cristina Ferré Saludes, membre de l'Associació Catalana de Dietistes-Nutricionistes (ACDN)