

JUNY 2009

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	divendres
<p>Dia 1 Puré de patata gratinat</p> <p>Vedella a la planxa amb enciam, tomàquet i nous logurt</p>	<p>Dia 2 Amanida verda amb pinya</p> <p>Peix al forn amb albergínia a la planxa i daus de patata Fruita</p>	<p>Dia 3 Bajoques al vapor</p> <p>Pa amb tomàquet, pebrot i anxoves logurt</p>	<p>Dia 4 Amanida d'espàrrecs i remolatxa</p> <p>Peix al forn amb salsa i flam d'arròs integral Fruita</p>	<p>Dia 5 Patata i bleada</p> <p>Bacallà al forn gratinat</p> <p>Batut de iogurt i maduixes</p>
<p>Dia 8 Pèsols ofegats</p> <p>Truita de carbassó amb amanida de tomàquet i blat de moro Fruita</p>	<p>Dia 9 Sopa de tomàquet amb daus de pernil</p> <p>Albergínia farcida de verdures i arròs logurt</p>	<p>Dia 10 Patata i bleada</p> <p>Gall d'indi a la planxa amb rodanxes de tomàquet amb orenga Fruita</p>	<p>Dia 11 Crema de pastanaga i formatge</p> <p>Ous farcits de tonyina amb salas de tomàquet casolana Fruita</p>	<p>Dia 12 Amanida d'enciam i xampinyons</p> <p>Llom al forn amb taronja i puré de patata Fruita</p>
<p>Dia 15 Cus-cús de carbassó i ceba</p> <p>Pollastre al forn amb pastanaga ratllada i pinyons Fruita</p>	<p>Dia 16 Broqueta de tomàquets cirera i mozzarella</p> <p>Pastís de carn i verdures Fruita</p>	<p>Dia 17 Amanida de mongetes tendres, mango i fruits secs</p> <p>Sandvitx de pernil dolç i formatge amb xampinyons Fruita</p>	<p>Dia 18 Arròs amb verdures</p> <p>Truita d'espínacs amb tomàquet escalivat Fruita</p>	<p>Dia 19 Patates al forn amb picada d'ametlles</p> <p>Salmó a la papillote amb juliana de verdures Fruita</p>
<p>Dia 22 Tomàquets farcits de bulgur</p> <p>Conill al forn amb all i julivert i pasta saltada logurt</p>	<p>Dia 23 Coctel de gambes</p> <p>Pollastre al forn amb tomàquet fregit</p> <p>Coca de Sant Joan</p>			

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