JOSE ECHEGARAY **DESEMBRE**

VALORS
somvalors.com
Telf. 934 274 734

NO LACTOSA

Dilluns 4	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Arròs al curri amb verdures **ECO** de temporada Truita de patata i ceba amb niu d'enciams Fruita **ECO** de temporada	Sopa de fideus **ECO** **Pollastre de pagès** a les fines herbes amb enciam i pastanaga Fruita **ECO** de temporada	**FESTIU**	**FESTIU**	**FESTIU**
Dilluns 11	**Dimarts 12. Dia de proteïna vegetal**	**Dimecres 13**	**Dijous 14**	**Divendres 15. Menú temàtic**
Arròs de verdures Peix al forn amb niu d'enciams logurt de soja	Crema de patanaga **ECO** Pasta amb bolonyesa de llenties **ECO** Fruita **ECO** de temporada	Trinxat de verdura **ECO** de temporada amb patata Lluç al forn amb ceba Fruita **ECO** de temporada	Cigrons **ECO** guisats amb porro i pastanaga Truita d'espinacs amb enciam i olives Fruita **ECO** de temporada	Vianda escudella típica del Pallars Sobirà **Pollastre de pagès** al forn amb enciam i blat de moro Fruita **ECO** de temporada
Dilluns 18	**Dimarts 19**	**Dimecres 20**		
Bròquil **ECO** amb patata Mandonguilles estofades amb verdures i patata Fruita **ECO** de temporada	Arròs a la napolitana Truita de verdures **ECO** amb enciam i pastanaga Fruita **ECO** de temporada	Escudella de galets **ECO** **Pollastre de pagès** rostit amb panses i prunes Postres	**BONES FESTES!**	

@somvalors
www.somvalors.com

Revisat per Sònia Rosell Ferrer CAT001844
Graduada en Nutrició Humana i Dietètica