

RECOMANACIONS SOPARS:

DESEMBRE



Dilluns 4	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Verdura	Verdura			
Peix blau	Proteïna vegetal	FESTIU	FESTIU	FESTIU
Postre làctic	Fruita			
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Verdura	Amanida	Pasta (sopa)	Verdura	Verdura
Ou	Peix blau	Carn blanca	Proteïna vegetal	Peix blanc
Fruita	Fruita	Postre làctic	Fruita	Postre làctic
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	BONES FESTES!	
Pasta (sopa)	Verdura	Verdura		
Ou	Proteïna vegetal	Peix blau		
Postre làctic	Fruita	Fruita		

