

RECOMANACIONS SOPARS:

NOVEMBRE



VALORS
somvalors.com
Telf. 934 274 734



Dilluns 4	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Verdura	Amanida	Verdura	Pasta (sopa)	Verdura
Peix blanc	Ou	Carn blanca	Peix blau	Proteïna vegetal
Fruita	Fruita	Postre làctic	Fruita	Postre làctic
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Amanida	Verdura	Pasta (sopa)	Verdura	Verdura
Peix blanc	Carn blanca	Peix blau	Ou	Proteïna vegetal
Postre làctic	Fruita	Postre làctic	Fruita	Fruita
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Verdura	Pasta (sopa)	Verdura	Amanida	Verdura
Peix blanc	Proteïna vegetal	Carn blanca	Ou	Peix blau
Postre làctic	Fruita	Fruita	Fruita	Postre làctic
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
Verdura	Verdura	Amanida	Verdura	Pasta (sopa)
Proteïna vegetal	Ou	Peix blau	Carn blanca	Peix blanc
Fruita	Fruita	Postre làctic	Fruita	Postre làctic



@somvalors
www.somvalors.com