

RECOMANACIONS SOPARS:

ABRIL



VALORS  
somvalors.com  
Telf. 934 274 734

**Legenda d'al·lèrgens**  
Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

|                    |                     |                |                  |                     |                 |                      |                  |                      |                      |                              |                     |                       |                   |
|--------------------|---------------------|----------------|------------------|---------------------|-----------------|----------------------|------------------|----------------------|----------------------|------------------------------|---------------------|-----------------------|-------------------|
| <b>B</b><br>Gluten | <b>L</b><br>Làctics | <b>O</b><br>Ou | <b>S</b><br>Soja | <b>D</b><br>Sulfits | <b>A</b><br>Api | <b>W</b><br>Mostassa | <b>P</b><br>Peix | <b>M</b><br>Mol·lusc | <b>C</b><br>Crustaci | <b>F</b><br>Fruits de closca | <b>K</b><br>Cacauet | <b>T</b><br>Tramussos | <b>G</b><br>Sèsam |
|--------------------|---------------------|----------------|------------------|---------------------|-----------------|----------------------|------------------|----------------------|----------------------|------------------------------|---------------------|-----------------------|-------------------|

| Dilluns 6     | Dimarts 7        | Dimecres 8       | Dijous 9               | Divendres 10  |
|---------------|------------------|------------------|------------------------|---------------|
| <b>FESTIU</b> | Verdura          | Verdura          | Pasta (sopa)           | Amanida       |
|               | Peix blanc       | Proteïna vegetal | Ou                     | Carn blanca   |
|               | Fruita           | Fruita           | Postre làctic          | Fruita        |
| Dilluns 13    | Dimarts 14       | Dimecres 15      | Dijous 16              | Divendres 17  |
| Amanida       | Amanida          | Verdura          | Verdura                | Pasta (sopa)  |
| Peix blau     | Ou               | Proteïna vegetal | Carn blanca            | Peix blanc    |
| Fruita        | Postre làctic    | Fruita           | Fruita                 | Postre làctic |
| Dilluns 20    | Dimarts 21       | Dimecres 22      | Dijous 23. Sant Jordi! | Divendres 24  |
| Amanida       | Verdura          | Amanida          | Verdura                | Pasta (sopa)  |
| Peix blanc    | Proteïna vegetal | Peix blau        | Ou                     | Carn blanca   |
| Fruita        | Postre làctic    | Fruita           | Fruita                 | Fruita        |
| Dilluns 27    | Dimarts 28       | Dimecres 29      | Dijous 30              | Divendres 01  |
| <b>FESTIU</b> | Verdura          | Amanida          | <b>FESTIU</b>          | <b>FESTIU</b> |
|               | Peix blau        | Proteïna vegetal |                        |               |
|               | Postre làctic    | Fruita           |                        |               |



@somvalors  
www.somvalors.com