

DILLUNS 05	DIMARTS 06	DIMECRES 07	DIJOUS 08	DIVENDRES 09
FESTIU	DIA DE REIS 	FESTIU	Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Pa integral amb formatge tendre o fresc
			Fruita de temporada	Fruita de temporada
			Batut de fruita de temporada i llet + Cereals sense sucre	Fruita de temporada + logurt natural sense sucre
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Bol de iogurt amb + Muesli	Pa integral amb pernil dolç/gall dindi + got de llet	Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Macedònia de fruita fresca amb fruita seca picada	Pa integral amb formatge tendre o fresc
Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural o vegetal	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Fruita de temporada + logurt natural sense sucre	Macedònia de fruita fresca amb fruita seca picada	Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Batut de fruita de temporada i llet + Cereals sense sucre	Fruita de temporada + logurt natural sense sucre + Galetes sense sucre
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Fruita de temporada + logurt natural sense sucre + Galetes sense sucre	Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Pa integral amb pernil dolç/gall dindi + got de llet	Bol de iogurt amb + Muesli	Macedònia de fruita fresca amb fruita seca picada
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural o vegetal
Pa integral amb formatge tendre o fresc	Batut de fruita de temporada i llet + Cereals sense sucre	Fruita de temporada + logurt natural sense sucre	Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Fruita de temporada + logurt natural sense sucre + Galetes sense sucre
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Bol de iogurt amb + Muesli	Macedònia de fruita fresca amb fruita seca picada	Pa integral amb formatge tendre o fresc	Pa integral amb pernil dolç/gall dindi + got de llet
Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural o vegetal	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Batut de fruita de temporada i llet + Cereals sense sucre	Macedònia de fruita fresca amb fruita seca picada	Bastonets de pa amb crema d'alvocat o fruits secs o hummus	Fruita de temporada + logurt natural sense sucre + Galetes sense sucre	Batut de fruita de temporada i llet + Cereals sense sucre

Les propostes d'esmorzar i berenar que es fan són opcions o propostes validades en base el menú servit a l'escola. Tot i així, quedarà sota elecció de cada família el seguiment d'aquest o l'elecció de cada aliment.

La 1ª opció pertany a la proposta d'esmorzar, la 2ª opció a la proposta de mig-matí i la 3ª opció a la proposta de berenar de cada dia.

Estem treballant juntament amb la Consultoria Nutricional Cesnut per a oferir-vos la màxima qualitat dietètica dels nostres menús. Per a qualsevol dubte del menú contacti amb l'equip de Dietistes-Nutricionistes a info@cesnut.com o trucant al telèfon 936341212.