

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de mongeta verda, pastanaga, ou cuit</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata, pastanaga, carbassó i mongetes tendres, peix a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata i carbassa o carbassó, bistec a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de verdures varies (patata, pastanaga, mongetes), pollastre bullit/gall d'indi a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata, pastanaga, peix a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>
<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: logurt natural	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de mongeta verda, pastanaga, ou cuit</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata, pastanaga, carbassó i mongetes tendres, peix a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata i carbassa o carbassó, bistec a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de verdures varies (patata, pastanaga, mongetes), pollastre bullit/gall d'indi a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata, pastanaga, peix a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>
<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: logurt natural	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de mongeta verda, pastanaga, ou cuit.</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata, pastanaga, carbassó i mongetes tendres, peix a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata i carbassa o carbassó, bistec a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de verdures varies (patata, pastanaga, mongetes), pollastre bullit/gall d'indi a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata, pastanaga, peix a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>
<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: logurt natural	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de mongeta verda, pastanaga, ou cuit</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata, pastanaga, carbassó i mongetes tendres, peix a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata i carbassa o carbassó, bistec a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de verdures varies (patata, pastanaga, mongetes), pollastre bullit/gall d'indi a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata, pastanaga, peix a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>
<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: logurt natural	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de mongeta verda, pastanaga, ou cuit</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata, pastanaga, carbassó i mongetes tendres, peix a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata i carbassa o carbassó, bistec a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de verdures varies (patata, pastanaga, mongetes), pollastre bullit/gall d'indi a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Triturat de patata, pastanaga, peix a la planxa</li> <li>• Fruita</li> </ul>
<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: logurt natural	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita	<b>SO-PAR</b> BERENAR: Fruita

**VARIACIONS A LA DIETA**

Les intoleràncies i/o al·lèrgies: Es substituirà per altres aliments.

Els menús triturats s'adaptaran segons pauta pediàtrica d'introducció d'aliments.

L'infant que no tingui **introduïda la proteïna** se li servirà el triturat de verdura.  
L'infant que no tingui introduïda la vedella se li donarà amb pollastre.

**PETITS CANVIS PER MENJAR MILLOR**

**MÉS:** FRUITES I HORTALISSES, LLEGUMS, FRUITA SECA, VIDA ACTIVA I SOCIAL.

**CANVIU:** AIGUA, ALIMENTS INTEGRALS, OLI D'OLIVA VERGE, ALIMENTS DE TEMPORADA I PROXIMITAT

**MENYS:** SAL, SUCRES, CARN VERMELLA I PROCESSADA, ALIMENTS ULTRAPROCESSATS

**GAUDIM MENJANT SA!!!**