

F.R.Tx apte diabètics
Del Dilluns, 14 de Novembre de 2016 al Diumenge, 20 de Novembre de 2016

| | Dinar | | | | Sopar | | | |
|-------------------------------|-------------------------|-------|-----------------------------------|--|-------------|-------|------------------------------------|--|
| | POSTRES | EXTRA | TRITURATS | Valor Nutricional | POSTRES | EXTRA | TRITURATS | Valor Nutricional |
| DILLUNS 14 | Triturat de fruita i pa | | Cigrons estofats amb ou dur 400gr | Energia:718,76 kcal Prot.:33,42 g Líp.:25,29 g HC:88,95 g | logurt i pa | | Caldereta de peix 400g | Energia:596,60 kcal Prot.:37,87 g Líp.:21,50 g HC:62,58 g |
| DIMARTS 15 | Triturat de fruita i pa | | Macarrons a la bolonyesa 400gr | Energia:799,56 kcal Prot.:34,09 g Líp.:29,98 g HC:97,59 g | logurt i pa | | Arròs a/pollastre i xamp. 400g | Energia:627,60 kcal Prot.:41,87 g Líp.:16,01 g HC:78,96 g |
| DIMECRES 16 | Triturat de fruita i pa | | Trinxat de la Cerdanya 400gr | Energia:777,19 kcal Prot.:32,49 g Líp.:37,56 g HC:76,94 g | logurt i pa | | Sopa de pasta a/ou dur 400g | Energia:661,71 kcal Prot.:27,03 g Líp.:26,68 g HC:78,25 g |
| DIJOUS 17 | Triturat de fruita i pa | | Paella 400gr | Energia:682,58 kcal Prot.:38,28 g Líp.:17,43 g HC:92,49 g | logurt i pa | | Lluç al forn 400g | Energia:585,91 kcal Prot.:38,01 g Líp.:18,92 g HC:65,55 g |
| DIVENDRES 18 | Triturat de fruita i pa | | Escudella barrejada 400gr | Energia:709,18 kcal Prot.:43,39 g Líp.:19,05 g HC:90,58 g | logurt i pa | | Mandonguilles a la jardineria 400g | Energia:644,39 kcal Prot.:31,74 g Líp.:28,96 g HC:63,98 g |
| DISSABTE 19 | Triturat de fruita i pa | | Lenties a/arròs i pollastre 400gr | Energia:686,00 kcal Prot.:49,29 g Líp.:15,41 g HC:87,18 g | logurt i pa | | Bacallà a/sanfaina i patata 400g | Energia:592,92 kcal Prot.:39,18 g Líp.:20,60 g HC:62,33 g |
| DIUMENGE 20 | Triturat de fruita i pa | | Estofat de vedella 400gr | Energia:677,31 kcal Prot.:31,04 g Líp.:27,13 g HC:76,13 g | logurt i pa | | Arròs a la cubana 400g | Energia:661,08 kcal Prot.:24,13 g Líp.:25,48 g HC:83,13 g |

Mitjana de dinars de tota la setmana:721,51 kcal
Mitjana de sopars de tota la setmana:624,31 kcal
Els nostres menús estan revisats per un dietista-nutricionista col·legiat (Margarita Pons Seguí CAT001031)
i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per una alimentació saludable
TOTA la pasta alimentària (espaguetis, macarrons,...) són d'agricultura ecològica, fabricades a Catalunya.
TOTES les llegums (els cigrons, lenties i mongetes) són del conreu del país i ecològiques.
TOTS els plats estan cuinats amb olis procedent de l'oliva. Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral.
CAT 001031