OCTOBER | ELS PINETONS
(Snaks)

Llar d'Infants Els Pinetons

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
YOGURT NATURAL · SENSE SUCRE · WHOLEMEAL BREAD			Holiday 1	Holiday 2
1P CHEESE SANDWICH (1, 7, T6, T7, T11) 5	PO FRESH FRUIT 6	PO YOGURT (7) 7	PO FRESH FRUIT 8	1P BANANA OATMEAL COOKIES (1, 5, 6, 7, 8, 11) 9
Holiday 12	PO FRESH FRUIT 13	PO YOGURT (7) 14	PO FRESH FRUIT 15	1P BANANA OATMEAL COOKIES (1, 5, 6, 7, 8, 11) 16
1P CHEESE SANDWICH (1, 7, T6, T7, T11) 19	PO FRESH FRUIT 20	PO YOGURT (7) 21	PO FRESH FRUIT 22	1P BANANA OATMEAL COOKIES (1, 5, 6, 7, 8, 11) 23
1P TURKEY SANDWICH (1, 3, 6, 7, 8, 11) 26	PO FRESH FRUIT 27	PO YOGURT (7) 28	PO FRESH FRUIT 29	1P BANANA OATMEAL COOKIES (1, 5, 6, 7, 8, 11) 30

P0: MASHED FRESH FRUIT

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED

SANED

Gluten (1) · Crustaceans (2) · Eggs (3) · Fish (4) · Peanuts (5) · Soy (6) · Milk (7) · Nuts (8) · Celery (9) · Mustard (10) · Sesame (11) · Sulfites (12) · Lupins (13) · Molluscs (14)

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108830469

QUÈ MENGEM PER SOPAR?

1R

Amanida de tardor amb magrana
Crema de carbassa i castanyes
Arròs amb bolets i porros
Sopa de pistons amb verdures
Puré de patata i pastanaga amb cruixent de parmesà

2N

Truita de carbassa i formatge
Llom arrebossat amb amanida
Llobarro al forn amb patata i ceba
Mandonguilles casolanes amb salsa de tomàquet
Estofat de vedella amb bolets

PO

Poma o pera al forn amb canyella
Iogurt natural amb nous
Macedònia de fruita de temporada
Sopeta de suc de taronja i magrana
Flam d'ou casolà

PRODUCTE DE TEMPORADA

RECOMANACIONS

"La tardor ens ofereix una gran varietat d'aliments de temporada. Aprofitem-ho per introduir noves textures i sabors als sopars dels infants, mantenint sempre un àpat senzill, lleuger i equilibrat.
Per exemple, podem preparar una salsa de carbassa per acompanyar la pasta, o afegir bolets saltejats a l'arròs per descobrir els nous gustos de la temporada."