

# Can Vila

## MENÚ TRITURAT FEBRER

### PROPOSTES A CASA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

			1 VERDURA LLUÇ A LA PLANXA IOGURT	2 CREMA DE LLEGUM O LLEGUM BULLIT AMANIT AMB OLI D'OLIVA POLLASTRE ARREBOSSAT FRUITA
5 CREMA DE MONIATO, PORRO I CEBA CARN D'AU FRUITA	6 VERDURA BUNYOLS DE BACALLÀ FRUITA	7 BROU D'AU I PASTA POLLASTRE AMB SALS A DE MONIATO FRUITA	8 MONGETES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ESPINACS FRUITA	9 DINAR DE CARNESTOLTES
12 FESTA	13 VERDURA HAMBURGUESA VEGETAL FRUITA	14 CIGRONS ESTOFATS AMB HORTALISSES TRUITA DE CALÇOTS IOGURT	15 CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA ALETES DE POLLASTRE AL FORN FRUITA	16 MONGETA AMB PATATA PEIX FRESC FRUITA
19 BROU VEGETA AMB PASTA SALSITXES DE PORC PATATES DE LUXE FRUITA	20 VERDURA LLUÇ AL FORN AMB TOMÀQUET I CEBA FRUITA	21 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE PATATES FRUITA	22 PATATA AMB PÈSOLS WOK DE POLLASTRE I VERDURES FRUITA	23 CREMA DE CARBASSA CARN D'AU* FRUITA
26 VERDURA LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT FRUITA	27 MONGETES ESTOFADES AMB HORTALISSES TRUITA DE CARBASSA I CEBA IOGURT	28 CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA CARN D'AU* FRUITA	29 BRÒCOLI AMB PATATA PEIX PLANXA* FRUITA	

### Esmorzar

- Pa integral amb tomàquet i formatge tendre
- Got de llet amb cereals integrals
- Iogurt natural amb fruita fresca de temporada
- Torrades de pa integral amb oli d'oliva i pernil cuit
- Got de llet amb galetes i un plàtan

### Berenar

- Un formatge amb una poma
- Batut de llet, plàtan, avellanes i panses
- Torrada integral amb oli d'oliva i pera cuita per sobre
- Coca de pa i xocolata al 70% de cacau
- Entrepà integral de truita a la francesa

### Fem salut!

- Àpats amb aigua, la millor beguda
- Entrepans amb oli d'oliva verge extra
- La fruita seca: crua o torrada sense sal
- Fruites de temporada: raïm, préssec, nectarina, meló, pera poma, figues i plàtan
- Verdures de temporada: albergínia, carbassó, pastanaga, pebrot, mongeta verda, pebrot, cogombre, col i bròquil

S1

S2

S3

S4

S5