

Avui què hi ha per sopar?

dilluns:

Menú A

De primer: Mongeta tendra saltejada amb salsa de tomàquet.

De segon: Pollastre a la planxa amb patates al forn.



Menú B

De primer: Carxofes i patates al forn.

De segon: Truita a la francesa amb tomàquet.



dimarts:

Menú A

De primer: Sopa de fideus.

De segon: Calamars a la planxa amb tomàquet.



Menú B

De primer: Amanida amb maduixots.

De segon: Arròs amb salsa de tomàquet i verat en conserva.



dimecres:

Menú A

De primer:

Crema de carabassa.

De segon: Hamburguesa de tofu i xampinyons amb pa.



Menú B

De primer: Sopa de verdures.

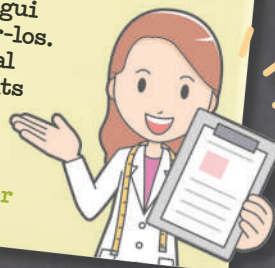
De segon: Llom a la planxa amb xips de moniato.



Dos menús pels petits de la casa preparats per la nostra nutricionista Andrea!*

Que la falta de temps no sigui un impediment per cuidar-los. Amb aquest menú setmanal aportarem tots els nutrients que necessiten dedicant el mínim temps a la cuina.

Volem que tinguis temps per estar i gaudir dels teus.



EL TIP MENSUAL!

Ja tenim aquí a la Primavera, una estació que ens encanta perquè comença a omplir els carrers i els paisatges de colors vius. I com el nostre cos necessita moltes vitamines i antioxidants durant aquest mes, la millor manera de donar-li és omplint també els nostres plats de COLORS.

dijous:

Menú A

De primer: Amanida amb tomàquet i trossets de poma.

De segon: Arròs saltejat amb pernil i truita.



Menú B

De primer: Pèsols amb ceba i pernil.

De segon: Lluç a la planxa amb verdures al forn (carabassa, pebrot i albergínia).



divendres:

Menú A

De primer: Verdures al forn (carabassó, pastanaga i ceba)

De segon: Pasta amb salsa de tomàquet i bonítol



Menú B

De primer: Amanida de tomàquet.

De segon: Hamburguesa de pollastre amb pa.



sorli

*Andrea Juan Pons nutricionista de Sorli Sport Col·legiada n°CAT000514