

# MENÚ

OMNÍVOR 

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
DINAR	Lenties guisades amb verdures i daus de pernil	Pebrots i patates al forn Gall dindi rostit amb prunes i pinyons	Amanida de pico de gallo, azukis i julivert	Amanida de pasta amb bacallà, tomàquet i olives negres	Amanida de brots, caqui, magrana i parmesà Hummus amb crackers integrals	Amanida verda Fricandó amb patates guisades	Amanida de mandarina i formatge de cabra Risotto de gambes
SOPAR	Sopa de verdures Llenguado a la planxa	Amanida de tomàquet Truita de patata	Albergínia farcida de verdures i soja texturitzada	Crema de carbassa Salmó amb llimona i arròs basmati	Noodles amb pollastre, verdures i salsa de soja	Pèsols amb pernil - Cuina Veritas Ou escalfat	Broqueta de tofu amb carbassó i pebrots amb fajol

## ESMORZARS

Cafè amb llet o beguda vegetal + coquetes de civada amb plàtan i canyella  
Cafè amb llet o beguda vegetal + ou escalfat, salmó i pa alemany  
Cafè amb llet o beguda vegetal + porridge de poma i fruita seca

## BERENARS

Infusió o cafè i pa de pessic casolà de plàtan amb nous  
logurt amb espelta inflada, xia i cacau pur

veritas

Menú per Amancay Ortega, dietista-nutricionista.