

# MENÚ BASAL-DIABÈTIC

## DILLUNS

D: LLENTIES AMB ARRÒS  
RAP AMB SALSINA DE TOMÀQUET  
S: CREMA DE VERDURA  
TRUITA D'ESPINACS AMB PA AMB TOMÀQUET

## DIMARTS

D: AMANIDA DE PASTA  
POLLASTRE AL XILINDRÓN  
S: SOPA MINISTRONE  
CROQUETES DE BACALLÀ AMB TOMÀQUET AMANIT

## DIMECRES

D: CIGRONS AMB ESPINACS  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
S: CREMA DE PASTANAGA  
LLUÇ AL FORN AMB XAMPINYONS

## DIJOUS

D: GASPATXO FIDEUÀ  
S: BROU DE POLLASTRE  
TRUITA FRANCESA AMB PA AMB TOMÀQUET

## DIVENDRES

D: ARRÒS A LA CUBANA  
GALLINETA AMB CARABASSÓ  
S: MONGETA TENDRA AMB PATATA  
SAN JACOBO AMB PA AMB TOMÀQUET

## DISSABTE

D: AMANIDA RUSSA (S/MAIONESA)  
POLLASTRE AMB PRUNES  
S: SOPA DE CARN AMB PASTA  
SALSITXES AL FORN AMB CEBA

## DIUMENGE

D: CAPRESSE DE TOMÀQUET AMB FORMATGE FRESC  
CANELONS DE CARN  
S: CREMA DE CARABASSÓ  
PIZZA VEGETAL/BIQUINI/PA AMB TOMÀQUET I EMBOTIT

### SETMANA 1

D: PÈSOLS SALTEJATS AMB PERNIL DOLÇ  
LLUÇ A LA LLIMONA  
S: SOPA DE PEIX I PASTA  
SAN JACOBO AMB VERDURES

D: ARRÒS 3 DELÍCIES  
POLLASTRE A L'ALLET AMB PEBROT  
S: BRÒQUIL AMB PATATES  
SANDWICH VEGETAL AMB OU DUR

D: AMANIDA DE FORMATGE FRESC I CONDONY  
BOTIFARRA AMB MONGETES SEQUES  
S: MONGETA TENDRA A LA MADRILENYA  
FILET DE GALL AMB VERDURES

D: SALMOREJO AMB OU DUR  
ARRÒS DE MARISC  
S: SALTEJAT MEDITERRANI  
HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMB FORMATGE

D: MACARRONS A LA NAPOLITANA  
ESTOFAT DE VEDELLA  
S: BROU DE POLLASTRE AMB PISTONS  
LLUÇ ARREBOSSAT AMB TOMÀQUET

D: EMPEDRAT DE CIGRONS  
POLLASTRE AL FORN  
S: CREMA DE PASTANAGA  
TRUITA DE PATATA AMB ENCIAM

D: GRAELLADA DE VERDURES  
FIDEUÀ AMB ALLIOLI  
S: CONSOMÉ AMB PASTA  
PA AMB TOMÀQUET I EMBOTITS

### SETMANA 2

D: PASTA AMB VERDURES  
POLLASTRE AMB CARXOFA  
ARREBOSSADA  
S: CREMA DE PÈSOL  
PEBROTS DEL PIQUILLO FARCITS DE BACALLÀ

D: GASPATXO PEUS/ESTOFAT DE PORC  
S: BROU DE POLLASTRE AMB PASTA  
TRUITA DE CARABASSÓ AMB TOMÀQUET AMANIT

D: EMPEDRAT VEGETAL DE MONGETA BLANCA  
CUETES DE RAP  
S: SOPA DE CEBA  
ROTLE DE PERNIL DOLÇ I FORMATGE FRESC

D: ENTREMÈS ARRÒS DE MUNTANYA  
S: CREMA D'ESPÀRRECS  
DAUS DE GALL  
D'INDI SALTEJATS AMB VERDURES

D: AMANIDA DE PATATA  
LLUÇ EMPANAT AMB XAMPINYONS  
S: MINISTRA DE VERDURES  
TRUITA DE PERNIL DOLÇ AMB TOMÀQUET AL GRATEN

D: COLIFLOR A L'ALLET  
MANDONGUILLES A LA JARDINERA  
S: BROU DE PEIX AMB PASTA  
BUNYOLS DE BACALLÀ I AMANIDA

D: ESPÀRRECS BLANCS AMB PERNIL  
LASANYA DE CARN  
S: CREMA DE VERDURES  
PA AMB TOMÀQUET I EMBOTITS

### SETMANA 3

D: LLENTIES AMB VERDURES  
POLLASTRE A LA MOSTASSA AMB BRÒQUIL  
S: MONGETA TENDRA AMB PATATA  
CALAMARS A LA ROMANA

D: AMANIDA D'ESPIRALS  
ABADEJO AMB SALSINA DE PEBRE  
S: SOPA DE POLLASTRE AMB FIDEUS  
TRUITA DE TONYINA AMB XAMPINYONS

D: XATONADA  
POLLASTRE AL FORN AMB TOMÀQUET  
S: VICHYSSEOISE  
CROQUETES DE CARN/BOLETS AMB TOMÀQUET AMANIT

D: AMANIDA TROPICAL  
PAELLA MIXTA  
S: SOPA MINISTRONE  
LLUÇ AL FORN I VERDURES

D: SALTEJAT CAMPESTRE  
ESTOFAT DE SÈPIA I PÈSOLS  
S: COLIFLOR SALTEJADA AMB ALLET  
TRUITA FRANCESA AMB PA AMB TOMÀQUET

D: AMANIDA DE CIGRONS  
FILET DE GALL EN SALSINA VERDA  
S: BROU DE PEIX AMB PASTA  
POLLASTRE ARREBOSSAT AMB AMANIDA

D: ESPINACS AMB CEBA  
FIDEUS A LA CASSOLA AMB CARN  
S: CREMA DE PASTANAGA  
TONYINA I PEBROT VERMELL AMB PA AMB TOMÀQUET

### SETMANA 4

**ESMORZAR:** CAFÈ/EKO AMB LLET DESNATADA/SUC S.SUCRE/INFUSIÓ/GELATINA S.SUCRE. GALETES S.SUCRE/PA/BISCOTS amb MARGARINA i MELMELADA S.SUCRE/PERNIL DOLÇ/FORMATGE/FRUITA.

**BERENAR:** GALETES S.SUCRE/LLET DESNATADA/BISCOTES/IOGURT 0%/GELATINA S.SUCRE. **POSTRES:** IOGURT 0% S.SUCRE/FRUITA.

**D'ACORD AMB EL MODEL ACP S'OFEREIX ELECCIÓ LLIURE A L'ESMORZAR I BERENAR I UNA SEGONA OPCIÓ AL DINAR SEGONS PREFERÈNCIA DE L'USUARI.**