

# ESCOLETA S'ESTEL desembre 2020

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>BERENAR</b>	<b>POMA</b>	<b>PERA</b>	<b>KIWI</b>	<b>CLEMENTINA</b>	<b>PLÀTAN</b>
<b>DINAR</b>	Ensalada d'alvocat (lletuga, alvocat, pinya i salsa rosa)	Crema de carabassa i lleties vermelles) (Carabassa, lleties, ceba i all)	Hummus amb crudités de pastanaga	Cuinat de Mongetes (Mongetes Blanques, pastanagó, carabassa, patata, espinacs, i ceba)	Ensalada Mixta (lletuga, tomàtiga i pastanagó)
	Sopa farcida (Brou de gallina, carn picada de porc))	Truita de patata (ous i patata)	Pollastre al curri amb arròs i verdures (Pollastre, llet de coco, arròs, pastanagó, col i poma)	Pastís de peix i salsa de tomàtiga (Lluç, porros, ous, nata i formatge)	Arròs negre (Brou de peix, sèpia, musclos, gambes i pèsols)
	<b>RAÏM</b>	<b>CLEMENTINA</b>	<b>IOGURT</b>	<b>POMA</b>	<b>RAÏM</b>
<b>BERENAR</b>	<b>IOGURT</b>	<b>Llet amb Galletes</b>	<b>PLÀTAN</b>	<b>Pa i sobressada</b>	<b>IOGURT</b>

CAROLINA HOLZMANN  
Nutricionista -Dietista  
Col, núm. IB0080