

MENÚ DE TEMPORADA

Dinar 1a setmana		Sopar 1a setmana	
DILLUNS	Arròs bullit amb salsa de tomàquet Bacallà amb enciam i pastanaga Fruita del temps	DILLUNS	Espinacs amb patata Truita francesa amb daus de gall d'indi i espàrrecs blancs Iogurt bifidus sabor
DIMARTS	Minestra de verdures Mandonguilles d'au (3 unitats) amb xampinyons Iogurt bifidus natural	DIMARTS	Vichyssoise Salmó al forn amb enciam i cogombre Fruita del temps
DIMECRES	Espaguetis a la napolitana (formatge ratllat) Medalló de lluç amb espàrrecs verds Pinya en conserva al natural	DIMECRES	Enciam, panís, soja i surimi Truita de patata amb carbassó Fruita del temps
DIJOUS	Cigrons amb verdures Cuixa de pollastre amb tomàquet al forn Fruita del temps	DIJOUS	Bròquil amb patata Rodanxa de mussola amb salsa de porro Iogurt bifidus sabor
DIVENDRES	Enciam, tomàquet, ou dur, remolatxa Fideuada de peix (all i oli) Flam sense sucre afegit	DIVENDRES	Crema de verdures Patata farcida de carn picada Fruita del temps
DISSABTE	Llenties amb arròs Hamburguesa d'espínacs i au amb saltejat de bolets Fruita del temps	DISSABTE	Consomé de peix Pizza casolana al gust Préssec en conserva al natural
DIUMENGE	Gaspatxo de tomàquet Canelons de tonyina Crema catalana	DIUMENGE	Bajoques amb patata Saltat d'ou amb gambetes i verdures Fruita del temps

Menú de temporada: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut.

Tant al dinar com al sopar es serveixen 40g de pa el qual pot ser blanc o integral segons les necessitats de cada persona.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

Altres: Els menús hiposòdics no es posarà sal d'addició i als menús hipocalòrics i/o hipolipídics es controlarà la quantitat d'oli d'addició.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

MENÚ DE TEMPORADA			
Dinar 2a setmana		Sopar 2a setmana	
DILLUNS	Macarrons a la napolitana (formatge ratllat) Rodanxa de mussola amb enciam i remolatxa Fruita del temps	DILLUNS	Pèsols saltats Pit de pollastre amb tomàquet al forn Iogurt bifidus natural
DIMARTS	Bajoques amb patata Salsitxa mixta amb escalivada Iogurt bifidus sabor	DIMARTS	Crema de pastanaga Truita de tonyina amb enciam i cogombre Fruita del temps
DIMECRES	Arròs amb verdures Bacallà amb samfaina (pisto) Préssec en conserva al natural	DIMECRES	Tomàquet, soja, panís i pastanaga Hamburguesa 100% vedella amb espàrrecs verds Fruita del temps
DIJOUS	Lenties amb carbassó i pastanaga a daus Cuixa de pollastre amb bolets Fruita del temps	DIJOUS	Crema de carbassa Medalló de lluç amb verdures a la parrilla Iogurt bifidus natural
DIVENDRES	Enciam, cherrys, tonyina i cogombre Canelon de carn (3u) Flam sense sucre afegit	DIVENDRES	Menestra de verdures Truita de pernil dolç a daus amb tomàquet d'amanida Fruita del temps
DISSABTE	Fesols amb fideus Salmó amb saltejat de verdures campestre Fruita del temps	DISSABTE	Consomé de verdures Crep casolà al gust Pinya en conserva al natural
DIUMENGE	Gaspatxo de tomàquet Espaguetis a la carbonara Quatlada	DIUMENGE	Crema de bolets Fricandó amb pèsols i pastanaga Fruita del temps

Menú de temporada: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut.

Tant al dinar com al sopar es serveixen 40g de pa el qual pot ser blanc o integral segons les necessitats de cada persona.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

Altres: Els menús hiposòdics no es posarà sal d'addició i als menús hipocalòrics i/o hipolipídics es controlarà la quantitat d'oli d'addició.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

Vist-i-plu del cap de departament:



MENÚ DE TEMPORADA FÀCIL MASTICACIÓ

Dinar 1a setmana		Sopar 1a setmana	
DILLUNS	Arròs bullit amb salsa de tomàquet Bacallà amb pastanaga al vapor Fruita del temps	DILLUNS	Espinacs amb patata Truita francesa amb daus de gall d'indi i espàrrecs blancs Iogurt bifidus sabor
DIMARTS	Minestra de verdures Mandonguilles d'au (3 unitats) amb xampinyons Iogurt bifidus natural	DIMARTS	Vichyssoise Salmó al forn amb ceba Fruita del temps
DIMECRES	Espaguetis a la napolitana (formatge ratllat) Medalló de lluç amb espàrrecs verds Pinya en conserva al natural	DIMECRES	Sèmola d'arròs amb brou de pollastre Truita de patata amb carbassó Fruita del temps
DIJOUS	Cigrons amb verdures Cuixa de pollastre amb tomàquet al forn Fruita del temps	DIJOUS	Bròquil amb patata Rodanxa de mussola amb salsa de porro Iogurt bifidus sabor
DIVENDRES	Gaspatxo de pastanaga Fideus amb verdures Flam sense sucre afegit	DIVENDRES	Crema de verdures Patata farcida de carn picada Fruita del temps
DISSABTE	Llenties amb arròs Hamburguesa d'espinacs i au amb saltejat de bolets Fruita del temps	DISSABTE	Consomé de peix Pizza casolana al gust Préssec en conserva al natural
DIUMENGE	Gaspatxo de tomàquet Canelons de tonyina Crema catalana	DIUMENGE	Bajoques amb patata Saltat d'ou amb gambetes i verdures Fruita del temps

Menú de temporada de fàcil masticació: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut, elaborada amb aliments de fàcil masticació per tal de facilitar la ingesta d'aquests.

Tant al dinar com al sopar es serveixen 40g de pa el qual pot ser blanc o integral segons les necessitats de cada persona.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

Altres: Els menús hiposòdics no es posarà sal d'addició i als menús hipocalòrics i/o hipolipídics es controlarà la quantitat d'oli d'addició.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

MENÚ DE TEMPORADA FÀCIL MASTICACIÓ			
Dinar 2a setmana		Sopar 2a setmana	
DILLUNS	Macarrons a la napolitana (formatge ratllat) Rodanxa de mussola amb carbassó Fruita del temps	DILLUNS	Pèsols saltats Pit de pollastre amb tomàquet al forn Iogurt bifidus natural
DIMARTS	Bajoques amb patata Salsitxa mixta amb escalivada Iogurt bifidus sabor	DIMARTS	Crema de pastanaga Truita de tonyina amb saltejat campestre Fruita del temps
DIMECRES	Arròs amb verdures Bacallà amb samfaina (pisto) Préssec en conserva al natural	DIMECRES	Sèmola de blat amb brou de carn Hamburguesa 100% vedella amb espàrrecs verds Fruita del temps
DIJOUS	Llenties amb carabassó i pastanaga a daus Cuixa de pollastre amb bolets Fruita del temps	DIJOUS	Crema de carbassa Medalló de lluç amb carbassó Iogurt bifidus natural
DIVENDRES	Gaspatxo de pastanaga Canelon de carn (3u) Flam sense sucre afegit	DIVENDRES	Menestra de verdures Truita de pernil dolç a daus amb xampinyons Fruita del temps
DISSABTE	Fesols amb fideus Salmó amb saltejat de verdures campestre Fruita del temps	DISSABTE	Consomé de verdures Crep casolà al gust Pinya en conserva al natural
DIUMENGE	Gaspatxo de tomàquet Espaguetis a la carbonara Quatlada	DIUMENGE	Crema de bolets Fricandó amb pèsols i pastanaga Fruita del temps

Menú de temporada de fàcil masticació: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut, elaborada amb aliments de fàcil masticació per tal de facilitar la ingesta d'aquests.

Tant al dinar com al sopar es serveixen 40g de pa el qual pot ser blanc o integral segons les necessitats de cada persona.

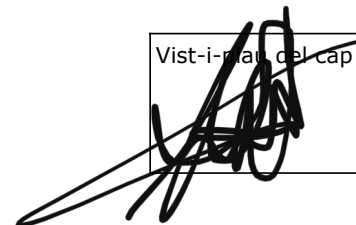
Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

Altres: Els menús hiposòdics no es posarà sal d'addició i als menús hipocalòrics i/o hipolipídics es controlarà la quantitat d'oli d'addició.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

Vist-i-manat del cap de departament:



MENÚ DE TEMPORADA DIABÈTIC

Dinar 1a setmana		Sopar 1a setmana	
DILLUNS 40g de pa	Arròs bullit (160g en cuit) amb salsa de tomàquet Bacallà amb enciam i pastanaga Fruita del temps	DILLUNS 40g de pa	Espinacs amb patata (200g patata cuita) Truita francesa amb daus de gall d'indi i espàrrecs blancs Iogurt bifidus sabor
DIMARTS 40g de pa	Minestra de verdures + 200g patata Mandonguilles d'au (3 unitats) amb xampinyons Iogurt bifidus natural	DIMARTS 40g de pa	Vichyssoise (300g) Salmó al forn amb enciam i cogombre Fruita del temps
DIMECRES 40g de pa	Espaguetis (200g en cuit) a la napolitana Medalló de lluç amb espàrrecs verds Pinya en conserva al natural	DIMECRES 40g de pa	Enciam, panís, soja i surimi Truita de patata amb carbassó Fruita del temps
DIJOUS 40g de pa	Cígrons amb verdures (200g en cuit) Cuixa de pollastre amb tomàquet al forn Fruita del temps	DIJOUS 40g de pa	Bròquil amb patata (100g patata cuita) Rodanxa de mussola amb salsa de porro Iogurt bifidus sabor
DIVENDRES no pa	Enciam, tomàquet, ou dur, remolatxa Fideuada de peix (250g en total cuita) Flam sense sucre afegit	DIVENDRES 40g de pa	Crema de verdures (300g) Patata farcida de carn picada (1/2 patata 100g) Fruita del temps
DISSABTE 40g de pa	Llenties amb arròs (200g en cuit) Hamburguesa d'espinacs i au amb saltejat de bolets Fruita del temps	DISSABTE no pa	Consomé de peix (300g) Pizza casolana al gust Préssec en conserva al natural
DIUMENGE 40g de pa	Gaspatxo de tomàquet Canelons de tonyina (3u) Crema catalana	DIUMENGE 40g de pa	Bajoques amb patata (100g patata cuita) Saltat d'ou amb gambetes i verdures Fruita del temps

Menú de temporada diabètica: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut.

On es controlen les racions d'hidrats de carboni de cada àpat. Els hidrats estan marcats en grams així com la quantitat de pa que poden menjar, el qual serà integral.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal (7R) i els sopars una mitjana de 600 Kcal (6R).

L'aport energètic està compost per un 55% d'HC, un 15% de prot i un 30% de lip.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

MENÚ DE TEMPORADA DIABÈTIC

Dinar 2a setmana		Sopar 2a setmana	
DILLUNS 40g de pa	Macarrons (200g en cuit) a la napolitana (formatge ratllat) Rodanxa de mussola amb enciam i remolatxa Fruita del temps	DILLUNS 40g de pa	Pèsols saltats (400g en cuit) Pit de pollastre amb tomàquet al forn Iogurt bifidus natural
DIMARTS 40g de pa	Bajoques amb patata (200g patata cuita) Salsitxa mixta amb escalivada Iogurt bifidus sabor	DIMARTS 40g de pa	Crema de pastanaga (150g patata cuita) Truita de tonyina amb enciam i cogombre Fruita del temps
DIMECRES 40g de pa	Arròs (160g en cuit) amb verdures Bacallà amb samfaina (pisto) Préssec en conserva al natural	DIMECRES 80g de pa	Tomàquet, soja, panís i pastanaga Hamburguesa 100% vedella amb espàrrecs verds Fruita del temps
DIJOUS 40g de pa	Llenties (200g) amb carabassó i pastanaga a daus Cuixa de pollastre amb bolets Fruita del temps	DIJOUS 40g de pa	Crema de carbassa (300g patata cuita) Medalló de lluç amb verdures a la parrilla Iogurt bifidus natural
DIVENDRES 40g de pa	Enciam, cherrys, tonyina i cogombre Canelon de carn (3u) Flam sense sucre afegit	DIVENDRES 40g de pa	Menestra de verdures (250g patata cuita) Truita de pernil dolç a daus amb tomàquet d'amanida Fruita del temps
DISSABTE 40g de pa	Fesols amb fideus Salmó amb saltejat de verdures campestre Fruita del temps	DISSABTE NO PA	Consomé de verdures (300g) Crep casolà al gust Pinya en conserva al natural
DIUMENGE NO PA	Gaspatxo de tomàquet Espaguetis (200g en cuit) a la carbonara Quatlada	DIUMENGE 40g de pa	Crema de bolets (200g patata cuita) Fricandó amb pèsols i pastanaga Fruita del temps

Menú de temporada diabètica: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut.

On es controlen les racions d'hidrats de carboni de cada àpat. Els hidrats estan marcats en grams així com la quantitat de pa que poden menjar, el qual serà integral.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal (7R) i els sopars una mitjana de 600 Kcal (6R).

L'aport energètic està compost per un 55% d'HC, un 15% de prot i un 30% de lip.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

Vist i plaure del cap de departament:



MENÚ DE TEMPORADA SENSE GLUTEN

Dinar 1a setmana		Dinar 2a setmana	
DILLUNS	Arròs bullit amb salsa de tomàquet Bacallà amb enciam i pastanaga Fruita del temps	DILLUNS	Macarrons (quinoa) a la napolitana (formatge ratllat) Rodanxa de mussola amb enciam i remolatxa Fruita del temps
DIMARTS	Minestra de verdures Embotit de gall d'indi a la planxa amb xampinyons Iogurt bifidus natural	DIMARTS	Bajoques amb patata Pernil dolç a la planxa amb escalivada Iogurt bifidus sabor
DIMECRES	Espaguetis de quinoa a la napolitana (formatge ratllat) Medalló de lluç amb espàrrecs verds Pinya en conserva al natural	DIMECRES	Arròs amb verdures Bacallà amb samfaina (pisto) Préssec en conserva al natural
DIJOUS	Cigrons amb verdures Cuixa de pollastre amb tomàquet al forn Fruita del temps	DIJOUS	Llenties amb carbassó i pastanaga a daus Cuixa de pollastre amb bolets Fruita del temps
DIVENDRES	Enciam, tomàquet, ou dur, remolatxa Fideuada (quinoa) de peix amb all i oli Flam d'ou sense sucre afegit	DIVENDRES	Enciam, cherrys, tonyina i cogombre Pit de gall d'indi amb ceba Flam d'ou sense sucre afegit

Menú de temporada sense gluten: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut, on s'han eliminat tots aquells aliments que contenen gluten.

Tant al dinar com al sopar es serveixen 40g de pa sense gluten.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

L'aport energètic està compost per un 55% d'HC, un 15% de prot i un 30% de lip.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

Vist i pleu del cap de departament:



MENÚ DE TEMPORADA SENSE LACTOSA

Dinar 1a setmana		Dinar 2a setmana	
DILLUNS	Arròs bullit amb salsa de tomàquet Bacallà amb enciam i pastanaga Fruita del temps	DILLUNS	Macarrons a la napolitana (formatge ratllat sense lactosa) Rodanxa de mussola amb enciam i remolatxa Fruita del temps
DIMARTS	Minestra de verdures Embotit de gall d'indi a la planxa amb xampinyons Iogurt desnatat sense lactosa natural	DIMARTS	Bajoques amb patata Pernil dolç a la planxa amb escalivada Iogurt desnatat sense lactosa sabor
DIMECRES	Espaguetis a la napolitana (formatge ratllat sense lactosa) Medalló de lluç amb espàrrecs verds Pinya en conserva al natural	DIMECRES	Arròs amb verdures Bacallà amb samfaina (pisto) Préssec en conserva al natural
DIJOUS	Cigrons amb verdures Cuixa de pollastre amb tomàquet al forn Fruita del temps	DIJOUS	Llenties amb carbassó i pastanaga a daus Cuixa de pollastre amb bolets Fruita del temps
DIVENDRES	Enciam, tomàquet, ou dur, remolatxa Fideuada de peix (all i oli) Iogurt desnatat sense lactosa natural	DIVENDRES	Enciam, cherrys, tonyina i cogombre Pit de gall d'indi amb ceba Iogurt desnatat sense lactosa sabor

Menú de temporada sense lactosa: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut, on s'han eliminat tots aquells aliments que contenen lactosa.

Tant al dinar com al sopar es serveixen 40g de pa sense lactosa el qual pot ser blanc o integral segons les necessitats de cada persona.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

L'aport energètic està compost per un 55% d'HC, un 15% de prot i un 30% de lip.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

Vista-plau del cap de departament:



MENÚ DE TEMPORADA FÀCIL DIGESTIÓ

Dinar 1a setmana		Sopar 1a setmana	
DILLUNS	Arròs bullit Bacallà amb pastanaga al vapor Poma al forn	DILLUNS	Patata bullida Truita francesa amb daus de gall d'indi Iogurt bifidus natural
DIMARTS	Consomé de verdures Embotit de gall d'indi a la planxa amb xampinyons Iogurt bifidus natural	DIMARTS	Vichyssoise Salmó al forn amb ceba Plàtan madur
DIMECRES	Espaguetis blancs amb ou dur ratllat Medalló de lluç amb saltejat campestre Codonyat	DIMECRES	Sèmola d'arròs amb brou de pollastre Truita francesa amb carbassó Poma al forn
DIJOUS	Puré de patata Cuixa de pollastre amb ceba Plàtan madur	DIJOUS	Sopa amb brou de verdures Rodanxa de mussola amb rodanxes de porro Iogurt bifidus natural
DIVENDRES	Crema de pastanaga Truita francesa amb carbassó Iogurts bifidus natural	DIVENDRES	Crema de verdures Pernil dolç a la planxa amb pastanaga baby Codonyat
DISSABTE	Arròs amb brou de verdures Pernil de gall d'indi a la planxa amb xampinyons Poma al forn	DISSABTE	Consomé de peix Caella amb patates al forn Iogurt bifidus natural
DIUMENGE	Fideus de quinoa amb brou de peix Pit de pollastre amb ceba Iogurts bifidus natural	DIUMENGE	Sopa amb brou de pollastre Saltat d'ou amb verdures Plàtan madur

Menú de temporada de fàcil digestió: dieta adaptada per millorar la digestió, en la qual es tenen en compte els diferents aliments de temporada.

Tant al dinar com al sopar es serveixen 40g de pa.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

L'aport energètic està compost per un 55% d'HC, un 15% de prot i un 30% de lip.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

MENÚ DE TEMPORADA FÀCIL DIGESTIÓ

Dinar 2a setmana		Sopar 2a setmana	
DILLUNS	Macarrons blancs amb ou dur ratllat Rodanxa de mussola amb carbassó Poma al forn	DILLUNS	Sèmola d'arròs amb brou de verdures Pit de pollastre amb 1/2 patata al forn Iogurt bifidus natural
DIMARTS	Patata bullida Pernil dolç a la planxa amb ceba Iogurt bifidus natural	DIMARTS	Crema de pastanaga Truita a la francesa amb saltejat campestre Plàtan madur
DIMECRES	Arròs bullit Bacallà amb patata Codonyat	DIMECRES	Sèmola de blat amb brou de carn Embotit de gall d'indi a la planxa amb pastanaga a rodanxes Poma al forn
DIJOUS	Consomé de peix Cuixa de pollastre amb bolets Plàtan madur	DIJOUS	Crema de carbassa Medalló de lluç amb carbassó Iogurt bifidus natural
DIVENDRES	Puré de patata Pit de gall d'indi amb ceba Iogurt bifidus natural	DIVENDRES	Sopa amb brou de carn Truita de pernil dolç a daus amb xampinyons Codonyat
DISSABTE	Sèmola d'arròs amb brou de peix Salmó amb saltejat de verdures campestre Poma al forn	DISSABTE	Consomé de verdures Pit de pollastre amb pastanaga baby Iogurt bifidus natural
DIUMENGE	Espaquetis blancs amb daus de carbassó Caella amb patata al forn (a daus) Iogurt bifidus natural	DIUMENGE	Crema de bolets Saltejat d'ou amb verdures Plàtan madur

Menú de temporada de fàcil digestió: dieta adaptada per millorar la digestió, en la qual es tenen en compte els diferents aliments de temporada.

Tant al dinar com al sopar es serveixen 40g de pa.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

L'aport energètic està compostat per un 55% d'HC, un 15% de prot i un 30% de lip.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

Vist i plaç del cap de departament:



MENÚ DE TEMPORADA ESPECÍFIC (menú de fàcil digestió, sense gluten i triturat)

Dinar 1a setmana		Sopar 1a setmana	
DILLUNS	Arròs bullit Bacallà amb pastanaga al vapor Poma al forn	DILLUNS	Patata bullida Truita francesa amb daus de gall d'indi Iogurt bifidus natural
DIMARTS	Consomé de verdures (sense gluten) Embotit de gall d'indi a la planxa amb xampinyons Iogurt bifidus natural	DIMARTS	Vichyssoise Salmó al forn amb ceba Plàtan madur
DIMECRES	Espaguetis de quinoa amb ou dur ratllat Medalló de lluç amb saltejat campestre Codonyat	DIMECRES	Sèmola d'arròs amb brou de pollastre Truita francesa amb carbassó Poma al forn
DIJOUS	Puré de patata Cuixa de pollastre amb ceba Plàtan madur	DIJOUS	Sopa (quinoa) amb brou de verdures Rodanxa de mussola amb rodanxa de porro Iogurt bifidus natural
DIVENDRES	Crema de pastanaga Truita francesa amb carbassó Iogurts bifidus sabor	DIVENDRES	Crema de verdures Pernil dolç a la planxa amb pastanaga baby Codonyat
DISSABTE	Arròs amb brou de verdures Pernil de gall d'indi a la planxa amb xampinyons Poma al forn	DISSABTE	Consomé de peix (sense gluten) Caella amb patates al forn Iogurt bifidus natural
DIUMENGE	Fideus de quinoa amb brou de peix Pit de pollastre amb ceba Iogurts bifidus sabor	DIUMENGE	Sopa (quinoa) amb brou de pollastre Saltat d'ou amb verdures (pastanaga i carabassó) Fruita del temps

Menú específic: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut.

On es tenen en compte les necessitats específiques de cada persona.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

L'aport energètic està compost per un 55% d'HC, un 15% de prot i un 30% de lip.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

MENÚ DE TEMPORADA ESPECÍFIC (fàcil digestió, sense gluten, triturat)

Dinar 2a setmana		Sopar 2a setmana	
DILLUNS	Macarrons blancs de quinoa amb ou dur ratllat Rodanxa de mussola amb carabassó Poma al forn	DILLUNS	Sèmola d'arròs amb brou de verdures Pit de pollastre amb 1/2 patata al forn Iogurt bifidus natural
DIMARTS	Patata bullida Pernil dolç a la planxa amb ceba Iogurt bifidus natural	DIMARTS	Crema de pastanaga Truita a la francesa amb saltejat campestre Plàtan madur
DIMECRES	Arròs bullit Bacallà amb patata Codonyat	DIMECRES	Crema de verdures Embotit de gall d'indi a la planxa amb pastanaga a rodanxes Poma al forn
DIJOUS	Consomé de peix (sense gluten) Cuixa de pollastre amb bolets Plàtan madur	DIJOUS	Crema de carbassa Medalló de lluç amb carabassó Iogurt bifidus natural
DIVENDRES	Puré de patata Pit de gall d'indi amb ceba Iogurt bifidus natural	DIVENDRES	Sopa de quinoa amb brou de carn Truita de pernil dolç a daus amb xampinyons Codonyat
DISSABTE	Sèmola d'arròs amb brou de peix Salmó amb saltejat de verdures campestre Poma al forn	DISSABTE	Consomé de verdures (sense gluten) Pit de pollastre amb pastanaga baby Iogurt bifidus natural
DIUMENGE	Espaquetis de quinoa amb daus de carbassó Caella amb patata al forn (a daus) Iogurt bifidus natural	DIUMENGE	Crema de bolets Saltejat d'ou amb verdures Plàtan madur

Menú específic: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut.

On es tenen en compte les necessitats específiques de cada persona.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

L'aport energètic està compost per un 55% d'HC, un 15% de prot i un 30% de lip.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Vist-i-plau del cap de departament:

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

MENÚ DE TEMPORADA ESPECÍFIC (sense lactosa, sense pebrot triturat)

Dinar 1a setmana		Sopar 1a setmana	
DILLUNS	Arròs bullit amb salsa de tomàquet Bacallà amb pastanaga al vapor Fruita del temps triturada	DILLUNS	Espinacs amb patata Truita francesa amb daus de gall d'indi i verdures Iogurt desnatat sense lactosa sabor
DIMARTS	Minestra de verdures Embotit de gall d'indi a la planxa amb xampinyons Iogurt desnatat sense lactosa natural	DIMARTS	Vichyssoise Salmó al forn amb ceba Fruita del temps triturada
DIMECRES	Espaguetis a la napolitana (formatge ratllat sense lactosa) Medalló de lluç amb espàrrecs verds Pinya en conserva al natural triturada	DIMECRES	Sèmola d'arròs amb brou de pollastre Truita de patata amb carbassó Fruita del temps triturada
DIJOUS	Cigrons amb verdures Cuixa de pollastre amb tomàquet al forn Fruita del temps triturada	DIJOUS	Bròquil amb patata Rodanxa de mussola amb salsa de porro Iogurt desnatat sense lactosa sabor
DIVENDRES	Crema de pastanaga Truita francesa amb carabassó Iogurt desnatat sense lactosa natural	DIVENDRES	Crema de verdures Patata farcida de carn picada (sense lactosa) Fruita del temps triturada
DISSABTE	Lenties amb arròs Hamburguesa d'espínacs i au (s/lactosa) amb saltejat de bolets Fruita del temps triturada	DISSABTE	Consomé de peix Caella amb patates al forn Préssec en conserva al natural triturat
DIUMENGE	Fideus de quinoa amb brou de peix Pit de pollastre amb ceba Iogurt desnatat sense lactosa sabor	DIUMENGE	Bajoques amb patata Saltat d'ou amb gambetes i verdures Fruita del temps triturada

Menú específic: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut.

On es tenen en compte les necessitats específiques de cada persona.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

L'aport energètic està compost per un 55% d'HC, un 15% de prot i un 30% de lip.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

MENÚ DE TEMPORADA ESPECÍFIC (sense lactosa, sense pebrot triturat)			
Dinar 2a setmana		Sopar 2a setmana	
DILLUNS	Macarrons a la napolitana Rodanxa de mussola amb carbassó Fruita del temps triturada	DILLUNS	Pèsols saltats Pit de pollastre amb tomàquet al forn Iogurt natural sense lactosa
DIMARTS	Bajoques amb patata Pernil dolç a la planxa amb ceba Iogurt sabor sense lactosa	DIMARTS	Crema de pastanaga Truita de tonyina amb saltejat campestre Fruita del temps triturada
DIMECRES	Arròs amb verdures Bacallà amb patata Préssec en conserva al natural triturat	DIMECRES	Sèmola de blat amb brou de carn Embotit de gall d'indi a la planxa amb pastanaga a rodanxes Fruita del temps triturada
DIJOUS	Llenties amb carbassó i pastanaga a daus Cuixa de pollastre amb bolets Fruita del temps triturada	DIJOUS	Crema de carbassa Medalló de lluç amb carbassó Iogurt natural sense lactosa
DIVENDRES	Puré de patata Pit de gall d'indi amb ceba Iogurt sabor sense lactosa	DIVENDRES	Menestra de verdures Truita de pernil dolç a daus amb xampinyons Fruita del temps triturada
DISSABTE	Fesols amb fideus Salmó amb saltejat de verdures campestre Fruita del temps triturada	DISSABTE	Consomé de verdures Pit de pollastre amb pastanaga baby Pinya en conserva al natural triturada
DIUMENGE	Espaguetis blancs amb ou dur Caella amb patates al forn Iogurt natural sense lactosa	DIUMENGE	Crema de bolets Fricandó amb pèsols i pastanaga Fruita del temps triturada

Menú específic: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut.

On es tenen en compte les necessitats específiques de cada persona.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

L'aport energètic està compost per un 55% d'HC, un 15% de prot i un 30% de lip.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Vist-i-plau del cap de departament:

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

MENÚ DE TEMPORADA TEXTURITZAT

Dinar 1a setmana		Sopar 1a setmana	
DILLUNS	Arròs amb bacallà i verdures Fruita del temps triturada	DILLUNS	Patata amb ou i verdures Iogurt bifidus sabor
DIMARTS	Patata amb gall d'indi i xampinyons Iogurt bifidus natural	DIMARTS	Pasta amb salmó i verdures Fruita del temps triturada
DIMECRES	Espaguetis amb lluç i verdures Pinya en conserva al natural triturada	DIMECRES	Sèmola d'arròs amb ou i verdures Fruita del temps triturada
DIJOURS	Cigrons amb pollastre i verdures Fruita del temps triturada	DIJOURS	Sopa amb mussola i verdures Iogurt bifidus sabor
DIVENDRES	Fideus amb peix i verdures Flam d'ou sense sucre afegit	DIVENDRES	Patata amb carn picada i verdures Fruita del temps triturada
DISSABTE	Llenties amb gall d'indi i verdures Fruita del temps triturada	DISSABTE	Consomé de peix amb caella i verdures Préssec en conserva al natural triturat
DIUMENGE	Sèmola de blat amb pollastre i verdures Crema catalana	DIUMENGE	Patata amb ou i verdures Fruita del temps triturada

Menú texturitzat: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut. Es serveix el dinar i el sopar en un plat únic triturat que aporta fècules, proteïnes i verdures + unes postres triturades per tal de facilitar la ingesta de tots els nutrients.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

L'aport energètic està compost per un 55% d'HC, un 15% de prot i un 30% de lip.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

MENÚ DE TEMPORADA TEXTURITZAT			
Dinar 2a setmana		Sopar 2a setmana	
DILLUNS	Macarrons amb mussola i verdures Fruita del temps triturada	DILLUNS	Pèsols amb pollastre i verdures Iogurt bifidus natural
DIMARTS	Patata amb bajoques i salsitxa mixta Iogurt bifidus sabor	DIMARTS	Pasta amb ou i verdures Fruita del temps triturada
DIMECRES	Arròs amb bacallà i verdures Préssec en conserva al natural triturat	DIMECRES	Patata amb vedella i verdures Fruita del temps triturada
DIJOURS	Llenties amb pollastre i verdures Fruita del temps triturada	DIJOURS	Arròs amb lluç i verdures Iogurt bifidus natural
DIVENDRES	Canelons de carn amb verdures Flam d'ou sense sucre afegit	DIVENDRES	Patata amb ou i verdures Fruita del temps triturada
DISSABTE	Fesols amb salmó i verdures Fruita del temps triturada	DISSABTE	Semola d'arròs amb pollastre i verdures Pinya en conserva al natural triturada
DIUMENGE	Arròs amb caella i verdures Quatllada	DIUMENGE	Patata amb vedella i bolets Fruita del temps triturada

Menú texturitzat: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut. Es serveix el dinar i el sopar en un plat únic triturat que aporta fècules, proteïnes i verdures + unes postres triturades per tal de facilitar la ingesta de tots els nutrients.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

L'aport energètic està compost per un 55% d'HC, un 15% de prot i un 30% de lip.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

Vist-i-plau del cap de departament:

MENÚ DE TEMPORADA TRITURAT

Dinar 1a setmana		Sopar 1a setmana	
DILLUNS	Arròs bullit amb salsa de tomàquet Bacallà amb pastanaga al vapor Fruita del temps triturada	DILLUNS	Espinacs amb patata Trita francesa amb daus de gall d'indi i verdures Iogurt bifidus sabor
DIMARTS	Minestra de verdures Mandonguilles d'au amb xampinyons Iogurt bifidus natural	DIMARTS	Vichyssoise Salmó al forn amb ceba Fruita del temps triturada
DIMECRES	Espaguetis a la napolitana Medalló de lluç amb saltejat campestre Pinya en conserva al natural triturada	DIMECRES	Sèmola d'arròs amb brou de pollastre Trita de patata amb carbassó Fruita del temps triturada
DIJOUS	Cigrons amb verdures Cuixa de pollastre amb tomàquet al forn Fruita del temps triturada	DIJOUS	Bròquil amb patata Rodanxa de mussola amb salsa de porro Iogurt bifidus sabor
DIVENDRES	Gaspatxo de pastanaga Fideuada de peix Flam d'ou sense sucre afegit	DIVENDRES	Crema de verdures Patata farcida de carn picada Fruita del temps triturada
DISSABTE	Llenties amb arròs Hamburguesa d'espínacs i au amb saltejat de bolets Fruita del temps triturada	DISSABTE	Consomé de peix Caella amb patates al forn Préssec en conserva al natural
DIUMENGE	Gaspatxo de tomàquet Canelons de tonyina Crema catalana	DIUMENGE	Bajoques amb patata Saltat d'ou amb gambetes i verdures Fruita del temps triturada

Menú triturat: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut.

On tots els plats es serveixen triturats per tal de facilitar la ingesta d'aquests.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

MENÚ DE TEMPORADA TRITURAT			
Dinar 2a setmana		Sopar 2a setmana	
DILLUNS	Macarrons a la napolitana Rodanxa de mussola amb carbassó Fruita del temps triturada	DILLUNS	Pèsols saltats Pit de pollastre amb tomàquet al forn Iogurt bifidus natural
DIMARTS	Bajoques amb patata Salsitxa mixta amb escalivada Iogurt bifidus sabor	DIMARTS	Crema de pastanaga Truita de tonyina amb saltejat campestre Fruita del temps triturada
DIMECRES	Arròs amb verdures Bacallà amb patata Préssec en conserva al natural triturat	DIMECRES	Sèmola de blat amb brou de carn Hamburguesa 100% vedella amb espàrrecs verds Fruita del temps triturada
DIJOUS	Llenties amb carbassó i pastanaga a daus Cuixa de pollastre amb bolets Fruita del temps triturada	DIJOUS	Crema de carbassa Medalló de lluç amb carbassó Iogurt bifidus natural
DIVENDRES	Gaspatxo de pastanaga Canelon de carn Flam d'ou sense sucre afegit	DIVENDRES	Menestra de verdures Truita de pernil dolç a daus amb xampinyons Fruita del temps triturada
DISSABTE	Fesols amb fideus Salmó amb saltejat de verdures campestre Fruita del temps triturada	DISSABTE	Consomé de verdures Pit de pollastre amb pastanaga baby Pinya en conserva al natural triturada
DIUMENGE	Gaspatxo de tomàquet Espaguetis a la carbonara Quatlada	DIUMENGE	Crema de bolets Fricandó amb pèsols i pastanaga Fruita del temps triturada

Menú triturat: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut.

On tots els plats es serveixen triturats per tal de facilitar la ingesta d'aquests.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.

Vist-i-plau del cap de departament:

MENÚ DE TEMPORADA TRITURAT DE FÀCIL DIGESTIÓ

Dinar 1a setmana		Dinar 2a setmana	
DILLUNS	Arròs bullit Bacallà amb pastanaga al vapor Poma al forn triturada	DILLUNS	Macarrons blancs amb ou dur Rodanxa de mussola amb carbassó Poma al forn triturada
DIMARTS	Consomé de verdures Embotit de gall d'indi a la planxa amb xampinyons Iogurt bifidus natural	DIMARTS	Patata bullida Pernil dolç a la planxa amb ceba Iogurt bifidus natural
DIMECRES	Espaguetis blancs amb ou dur Medalló de lluç amb saltejat campestre Gelatina	DIMECRES	Arròs bullit Bacallà amb patata Gelatina
DIJOUS	Puré de patata Cuixa de pollastre amb ceba Plàtan madur triturat	DIJOUS	Consomé de peix Cuixa de pollastre amb bolets Plàtan madur triturat
DIVENDRES	Crema de pastanaga Truita francesa amb carbassó Iogurt bifidus natural	DIVENDRES	Puré de patata Pit de gall d'indi amb ceba Iogurt bifidus natural

Menú de fàcil digestió triturat: dieta variada i equilibrada adaptada a cada temporada que ens aporta els nutrients necessaris per tenir un adequat estat de salut.

Elaborat amb aliments de fàcil digestió per tal de millorar-la. Tots els plats es serveixen triturats per tal de facilitar la ingesta d'aquests.

Els dinars aporten una mitjana de 700 Kcal i els sopars una mitjana de 600 Kcal.

El menú ha estat elaborat per la dietista - nutricionista de la Fundació Privada Mercè Pla

Vist-i-plau del cap de departament:

Aquest document és confidencial i d'ús exclusiu per part de Fundació Privada Mercè Pla.