

Setmana (I)	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MENÚ 4 (de 18 mesos a 3 anys)	- Arròs bullit (amb got), salsa de tomàquet a la cassola, ou dur i pastanaga ratllada (tot per separat) - Pera	- Puré de patata i porro - Filet de llenguado (halibut) fregit, amb amanida d'enciam romana i tomàquet - Poma	- Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i carn de vedella (bolonyesa) amb formatge. - Pastanaga ratllada - Pa integral - Pera	- Crema de carabassa - Filet de lluç al forn amb salsa verda i patates, amb amanida d'enciam romana i tomàquet - Plàtan	- Llenties guisades amb verdures i arròs - Rodanxes de taronja / Mandarina
La ració de carn serà de 40-50 gr; i la de peix de 60-70 gr.					
MENÚ 3 (de 12 a 18 mesos)	- Arròs bullit (amb got), salsa de tomàquet bullida, ou dur, pastanaga i mongeta verda (tot per separat) - Pera	- Puré de patata i porro - Filet de llenguado (halibut) fregit amb enciam i tomàquet - Compota de poma	- Macarrons integrals amb salsa de tomàquet i carn de vedella (bolonyesa) i formatge - Pa integral - Pera	- Crema de carabassa - Filet de lluç amb patates i salsa verda, al forn - Plàtan	- Crema de llenties guisades, passades pel passa purés amb pastanaga - Pollastre guisat amb ceba i pastanaga - Pa - Rodanxes de taronja / Mandarina
Cal afegir una cullerada de postres d'oli d'oliva cru a cada ració de menú El volum aproximat de cada ració: de carn de 40-50 gr; i de peix de 60-70 gr.					
MENÚ 2 (de 10 a 12 mesos)	- Sopa de sèmola d'arròs - Pastanaga i mongeta verda a trossets i ou dur tot bullit - logurt	- Puré de patata, porro i ceba amb llenguado bullit passat pel passapuré - Compota de poma	- Sopa de fideus - Carabassó, patata i pastanaga bullides i a trossets amb vedella picada (guisada) - Pera	- Puré de mongeta verda, carabassa, sèmola d'arròs i lluç tot bullit - Plàtan	- Crema de pastanaga i llenties (passapuré) amb pollastre a trossets) - Poma i taronja triturades
Cal afegir una cullerada de postres d'oli d'oliva cru a cada ració de puré La ració de proteïna si és carn serà de 20 a 30 gr. per ració de puré; i si és peix serà de 30-40. El volum aproximat de cada ració de puré serà de 225 a 275 gr.					
MENÚ 1 (per a infants de 8 mesos)	- Triturat de pastanaga, mongeta verda i sèmola d'arròs amb pollastre bullit	- Triturat de porro i patata amb gall d'indi bullit	- Triturat de carbassó patata i pastanaga amb vedella bullit	- Triturat de mongeta, carabassa sèmola d'arròs amb gall d'indi bullit	- Triturat de pastanaga i patata amb pollastre bullit
SENSE SAL!!!	Cal afegir una cullerada de postres d'oli d'oliva cru a cada ració de puré La ració de proteïna serà de 20 a 30 gr. per ració de puré El volum aproximat de cada ració de puré serà de 200 a 225 gr.				

CUINA

Setmana (II)	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MENÚ 4 (de 18 mesos a 3 anys)	- Arròs caldos amb mongeta blanca. - Amanida de tomàquet i pastanaga rallada. - Pa integral - Poma	- Cigrons i patata bullits - Filet de llenguado al forn amb espinacs, carabassó i api - Rodanxes de taronja / Mandarina	- Puré de carbassó amb patates i formatge. - Tall rodó de gall d'indi al forn amb ceba i pastanaga i amanida de tomàquet - Pa integral - Pera	- Espirals de colors amb salsa de tomàquet i formatge rallat (a part) - Truita a la francesa amb amanida d'enciam romana i pastanaga rallada - Poma	- Mongeta verda i patata bullida - Pollastre rustit amb ceba i tomàquet, amanida d'enciam trocadero i tomàquet - plàtan
	La ració de carn serà de 40-50 gr; i la de peix de 60-70 gr.				
MENÚ 3 (de 12 a 18 mesos)	- Arròs caldos d'arròs amb mongeta blanca - Filet de lluç fregit amb amanida de pastanaga i tomaquet - Pa integral - Poma	- Crema de cigrons - Filet de llenguado al forn amb espinacs i carabassó - Rodanxes de taronja / Mandarina	- Puré de carbassó amb patates. - Tall rodó de gall d'indi amb ceba i pastanaga al forn - Pa integral - Pera	- Sopa pasta d'estrelletes - Truita a la francesa amb enciam romana i pastanaga rallada - Poma	- Mongeta verda i patata bullides - Filet de pollastre - plàtan
	Cal afegir una cullerada de postres d'oli d'oliva cru a cada ració de menú El volum aproximat de cada ració: de carn de 40-50 gr; i de peix de 60-70 gr.				
MENÚ 2 (de 10 a 12 mesos)	- Puré de porro i mongeta verda amb sèmola d'arròs (passapuré) i vedella, bullida (passat 1,2,3) - Poma triturada	- Sèmola de blat - Pastanaga i carabassó bullits i trossets de llenguado al forn - Rodanxes de taronja / Mandarina	- Crema de carbassó i patata bullits amb gall d'indi amb ceba i pastanaga al forn - Compota de pera	- Sopa de pasta d'estrelletes - Pastanaga, ceba bullides i ou. - iogurt	- Crema de mongeta verda, carbassa i patata, amb pollastre tot bullit - Plàtan aixafat
	Cal afegir una cullerada de postres d'oli d'oliva cru a cada ració de puré La ració de proteïna si és carn serà de 20 a 30 gr. per ració de puré; i si és peix serà de 30-40. El volum aproximat de cada ració de puré serà de 225 a 275 gr.				
MENÚ 1 (per a infants de 8 mesos)	- Triturat de porro, mongeta verda i sèmola d'arròs amb pollastre bullit	- Triturat de carabassó i sèmola de blat amb vedella bullida.	- Triturat de carbassó i patata amb gall d'indi bullit	- Triturat de pastanaga i sèmola de blat amb pollastre bullit	- Triturat de mongeta verda, carbassa, i patata i vedella bullida.
	Cal afegir una cullerada de postres d'oli d'oliva cru a cada ració de puré La ració de proteïna serà de 20 a 30 gr. per ració de puré El volum aproximat de cada ració de puré serà de 200 a 225 gr.				

CUINA

Setmana (III)	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MENÚ 4 (de 18 mesos a 3 anys)	- Arròs amb porro, pastanaga i col (a la cassola) - Filet de llenguado fregit, amb amanida de pastanaga rallada - Poma	- Pèsols amb patata bullit - Ou dur amb salsa de tomàquet, amb amanida d'enciam trocadero i blat de moro (tot a part) - Rodanxes de taronja	- Brocoli amb patates i pastanaga - Carn de pollastre guisada amb cors de carxofes, amb amanida d'enciam romana i tomàquet - Pa integral - Poma	- Crema de pastanaga - Bacallà al forn amb samfaina de carabassó i tomàquet . - Plàtan	- Sopa de pistons - Mandonguilles de vedella a la jardinera, amb amanida romana i blat de moro - Pa integral - Pera
	La ració de carn serà de 40-50 gr; i la de peix de 60-70 gr.				
MENÚ 3 (de 12 a 18 mesos)	- Arròs amb porro i pastanaga (a la cassola) - Filet de llenguado al forn amb pastanaga rallada - Poma	- Pèsols amb patata bullits i triturat - Ou dur amb salsa de tomàquet bullida i amanida d'enciam trocadero - Rodanxes de taronja	- Brocoli amb patates i pastanaga - Carn de pollastre guisada amb ceba i tomàquet - Pa integral - Compota de poma	- Crema de pastanaga - Bacallà al forn amb patates - Plàtan	- Sopa de pasta de pistons - Mandonguilles de vedella a la jardinera - Pa integral - Pera
	Cal afegir una cullerada de postres d'oli d'oliva cru a cada ració de menú El volum aproximat de cada ració: de carn de 40-50 gr; i de peix de 60-70 gr.				
MENÚ 2 (de 10 a 12 mesos)	- Crema de pastanaga, porro i arròs amb llenguado tot bullit - logurt	- Puré de mongeta verda, ceba i sèmola de blat amb ou dur bullit i passat pel passapurè - Rodanxes de taronja	- Carbassó i patata bullit amb carn de pollastre guisada a trossets - Compota de poma	- Crema de pastanaga, carabassa i patata bullit amb bacallà al forn - Plàtan	- Sopa de pasta de pistons - Patata i mongeta verda amb vedella picada, tot bullit - Pera
	Cal afegir una cullerada de postres d'oli d'oliva cru a cada ració de puré La ració de proteïna si és carn serà de 20 a 30 gr. per ració de puré; i si és peix serà de 30-40. El volum aproximat de cada ració de puré serà de 225 a 275 gr.				
MENÚ 1 (per a infants de 8 mesos)	- Triturat de pastanaga, porro i arròs amb pollastre bullit	- Triturat de patata i mongeta tendra amb vedella bullit	- Triturat de carabassó i patata amb pollastre bullit	- Triturat de pastanaga carabassa i patata amb gall d'indi bullit	- Triturat de mongeta verda i sèmola de blat amb vedella bullit
	Cal afegir una cullerada de postres d'oli d'oliva cru a cada ració de puré La ració de proteïna serà de 20 a 30 gr. per ració de puré El volum aproximat de cada ració de puré serà de 200 a 225 gr.				

DINAR ASTRINGENT			
	SETMANA I	SETMANA II	SETMANA III
DILLUNS	- Arròs blanc caldós - Pollastre bullit - Plàtan madur aixafat	- Sèmola d'arròs. - Pollastre bullit. - Poma ratllada	- Arròs blanc caldós - Pollastre bullit - Poma ratllada
DIMARTS	- Puré de patata. - Filet de llenguado bullit. - Pa torrat. - Poma rallada	- Puré de patata i pastanaga - Llenguado al forn. - Pa torrat - Plàtan madur aixafat	- Puré de patata i pastanaga - Gall d'indi bullit. - Plàtan madur aixafat
DIMECRES	- Sèmola d'arròs. - Gall d'indi bullit. - Pera	- Arròs bullit - Tall rodó de gall d'indi - Compota de pera	- Sèmola d'arròs. - Filet de pollastre planxa. - Poma rallada
DIJOUS	-Puré de patata i pastanaga - Lluç bullit. - Pa torrat - Plàtan madur aixafat	-Sèmola d'arròs. - Filet de pollastre planxa. - Poma	- Crema de pastanaga. - Bacallà al forn. - Pa torrat - Pera.
DIVENDRES	- Arròs blanc caldós - Pollastre bullit - Poma ratllada	- Crema de patata i pastanaga - Filet de lluç bullit. - Pa torrat. - Plàtan madur aixafat	- Sèmola d'arròs. - Hamburguesa a la planxa. - Plàtan madur aixafat