

BERENAR

MENÚ DELS GRANS

DILL

DIM

DIX

DIJ

DIV

SETMANA 1

logurt natural amb
flocs de civada
ecològics

Pa amb tomàquet,
formatge i fruita

Pa d'espelta, plàtan i
canyella

Compota de poma
Torrades integrals
amb xocolata negra
72%

Palet de pa integral
amb llet

SETMANA 2

Coquetes de blat de
moro amb gall dindi

logurt natural, fruita i
canyella

Coca casolana amb
presa de xocolata
negre del 72% de
cacao i llet

logurt natural amb
trossets de poma

Pa integral amb
crema de cacauet i
fruita

SETMANA 3

Galetes d'aranyons
vermells integrals
sense sucre
i llet

Coqueta de blat de
moro i fruita

logurt natural amb
trossets de fruita

Pa d'espelta, plàtan
aixafat i ametlla
picada

logurt natural amb
flocs de civada
ecològics i fruita

SETMANA 4

Pa integral amb
compota de poma

logurt natural,
trossets de fruita i
xocolata negra 72%

Palets de pa integral i
fruita

logurt de soja amb
mix de cereals inflats
ecològics

Pa d'espelta,
formatge fresc i
codony