

**RECOMANACIONS SOPAR:**



VALORS  
somvalors.com  
Telf. 934 274 734



<b>Dilluns 9</b>	<b>Dimarts 10</b>	<b>Dimecres 11</b>	<b>Dijous 12</b>	<b>Divendres 13</b>
Verdura	Pasta (sopa)		Verdura	Verdura
Peix blau	Proteïna vegetal	<b>FESTIU</b>	Carn blanca	Ou
Fruita	Fruita		Postre làctic	Fruita
<b>Dilluns 16</b>	<b>Dimarts 17</b>	<b>Dimecres 18</b>	<b>Dijous 19</b>	<b>Divendres 20</b>
Pasta (sopa)	Verdura	Amanida	Verdura	Verdura
Peix blau	Carn blanca	Peix blanc	Ou	Proteïna vegetal
Postre làctic	Fruita	Postre làctic	Fruita	Fruita
<b>Dilluns 23</b>	<b>Dimarts 24</b>	<b>Dimecres 25</b>	<b>Dijous 26</b>	<b>Divendres 27</b>
Verdura		Verdura	Verdura	Pasta (sopa)
Peix blau	<b>FESTIU</b>	Proteïna vegetal	Ou	Carn blanca
Fruita		Fruita	Postre làctic	Fruita
<b>Dilluns 30</b>	<b>Dimarts 1</b>	<b>Dimecres 2</b>	<b>Dijous 3</b>	<b>Divendres 4</b>
Verdura	Verdura	Verdura	Amanida	Pasta (sopa)
Proteïna vegetal	Ou	Peix blau	Carn blanca	Peix blanc
Fruita	Fruita	Postre làctic	Fruita	Postre làctic



@somvalors  
[www.somvalors.com](http://www.somvalors.com)