



Triturat de verdures i hortalisses: patata, ceba, carabassó, pastanaga i bajoca.

Puré de llegums i hortalisses: hortalisses i cirgons o fèsols.

Menú Triturat

Setmana 1	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	Triturat de verdures i hortalisses amb filet de lluç logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb pit de pollastre logurt adaptat	Puré de llegums i hortalisses amb filet de llenguado logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb filet de vedella logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb pit de pollastre logurt adaptat
Setmana 2	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	Triturat de verdures i hortalisses amb pit de pollastre logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb filet de llenguado logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb filet de vedella logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb pit de pollastre logurt adaptat	Puré de llegums i hortalisses amb filet de lluç logurt adaptat
Setmana 3	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	Triturat de verdures i hortalisses amb pit de pollastre logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb filet de lluç logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb filet de vedella logurt adaptat	Puré de llegums i hortalisses amb filet de llenguado logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb pit de pollastre logurt adaptat
Setmana 4	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	Triturat de verdures i hortalisses amb filet de vedella logurt adaptat	Puré de llegums i hortalisses amb pit de pollastre logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb filet de lluç logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb pit de pollastre logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb filet de llenguado logurt adaptat
Setmana 5	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	Puré de llegums i hortalisses amb filet de vedella logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb filet de llenguado logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb pit de pollastre logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb filet de lluç logurt adaptat	Triturat de verdures i hortalisses amb pit de pollastre logurt adaptat

Aquests menús estan documentats per les Recomanacions per a l'alimentació en la primera infància (de 0 a 3 anys) elaborat pel PAAS del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya.

Els menús han estat supervisats per Sílvia Pelergin Avilés.

Diplomada en Nutrició i Dietètica.