



# Menú E.B. VALLDORREIX

ESCOLA BRESSOL

6-12 mesos

Setmana 5	Setmana 4	Setmana 3	Setmana 2	Setmana 1
<b>DILLUNS</b> Puré pastanaga, bledes i sèmola de blat moro a/pollastre Iogurt	<b>DIMARTS</b> Puré de porro i patata amb gall d'indi Iogurt	<b>DIMECRES</b> Puré carbassó, patata i pastanaga amb vedella Iogurt	<b>DIJOUS</b> Puré carbassa i sèmola d'arròs amb filet de lluç* Iogurt	<b>DIVENDRES</b> Puré de mongeta verda, patata i sèmola de blat de moro amb gall d'indi Iogurt
Puré de porro, Mongeta tendra i sèmola de blat de moro amb pollastre Iogurt	Puré de carbassó i sèmola d'arròs amb filet de bacalla* Iogurt	Puré de bledes, carbassa i patata amb gall d'indi Iogurt	Puré de pastanaga i sèmola de blat amb pollastre Iogurt	Puré de mongeta tendra i patata amb vedella Iogurt
Sopa de sèmola d'arròs amb pastanaga, mongeta tendra, i filet de mero* Iogurt	Puré patata, porro i ceba amb pollastre Iogurt	Sopa de sèmola de blat amb carbassó, patata i pastanaga amb vedella Iogurt	Crema de pastanaga i sèmola d'arròs amb filet de rap* Iogurt	Puré de pastanaga, ceba i sèmola de blat de moro amb gall d'indi Iogurt
Puré de patata, porro i bledes, amb filet de tilàpia* Iogurt	Sèmola d'arròs amb pastanaga, carbassó i gall d'indi Iogurt	Puré de bledes carbassó i patata amb vedella Iogurt	Puré de carbassa, pastanaga, ceba i filet de lluç* Iogurt	Sèmola d'arròs, pastanaga, i patata amb filet de rap* Iogurt
Puré de pastanaga, porro i sèmola d'arròs amb filet de mero* Iogurt	Puré de mongeta tendra, ceba i sèmola blat moro amb gall d'indi Iogurt	Sèmola de blat de moro amb carbassó, bledes i pollastre Iogurt	Puré carbassa, pastanaga i patata amb filet de rap* Iogurt	Sèmola d'arròs, pastanaga, bledes i vedella Iogurt



**Triturat: volum aprox:**  
200-225 gr

**6-10 mesos**  
20-30gr carn dia:  
pollastre i gall d'indi (vedella al cap d'una setmana)

**9 mesos:**  
Introduir peix 30-40gr. blanc (1 o 2vegades setmana)  
una cullerada oli d'oliva cru

**Aixafar: volum aprox:**  
225-275 gr

**10-12 mesos**  
Sopa pasta fina  
iogurt natural  
Rovell ou cuit  
Puré llegums

**Menús Revisats Dietètica i Nutricionalment pel CESNUT / [www.cesnut.com](http://www.cesnut.com)**

**\*El peix es començarà a introduir a partir dels 9 mesos. El dia que toca peix per nadons de 6-9 mesos es serveix gall dindi, pollastre o vedella. \*\*El rovell només s'inclou a partir dels 10 mesos. Per berenar es servirà fruita.**

**Postres a partir 10 mesos: fruita fresca triturada o trossos petits, iogurt natural o formatge fresc**