



# Menú Astringent Setmanal

SERVEIS EDUCATIUS I D'ALIMENTACIÓ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs bullit amb ceba, all i lloret Vedella, peix blanc o pollastre a la planxa* Poma al forn**	Crema de pastanaga i patata Vedella, peix blanc o pollastre al forn* Iogurt natural***	Patates al caliu amb oli d'oliva Vedella, peix blanc o pollastre a la planxa* Plàtan (madur)**	Arròs caldós amb pastanagues Vedella, peix blanc o pollastre al forn* Iogurt natural***	Puré de patata Vedella, peix blanc o pollastre a la planxa* Poma ratllada amb unes gotes de llimona**

\* La proteïna del segon plat anirà variant aleatòriament segons el menú. Mai es repetirà dos dies seguits.

\*\* Les fruites proposades se serviran sempre i quan reuneixin les condicions idònies de consum, en cas contrari se servirà una altra fruita apta per a la dieta astringent.

\*\*\* es podrà donar iogurt natural si la crisi no és molt forta, en cas contrari es continuarà amb la pauta de fruita astringent.

## Observacions:

No està permesa la llet.

El peixos han de ser blancs.

Evitar el consum de fruites i verdures crues (a excepció del plàtan madur i la poma ratllada). Evitar verdures de color verd: bledes, espinacs, enciam...

El pa serà torrat.

No es permetrà cap aliment dolç: caramels, xocolata, pastissos...

Evitar begudes fredes i refrescants i amb gas. L'única beguda recomanada és l'aigua.

## Important:

Aquesta dieta se servirà als infants un màxim de 5 dies consecutius.

Si la família de l'infant, proposa més dies segons indicació mèdica, hauran de entregar la documentació acreditativa, i tant l'empresa com la família s'hauran de posar d'acord amb el tipus de dieta.

Menús supervisats  
per Silvia Gutiérrez  
Dietista-Nutricionista  
col.nºCAT000636