



## Opcions de menú per al sopar de Castanyada

### Menú 1

Amanida verda i  
taula de formatge i/o embotit  
150 gr de moniato cuit (3 racions de HC)  
9 castanyes cuites(3 racions de HC)  
2 panellets (1 ració de HC)

### Menú 2

Amanida verda  
60 gr de pa amb tomàquet i  
pernil (3 racions de HC)  
9 castanyes cuites(3 racions de HC)  
2 panellets (1 ració de HC)

### Menú 3

Crema de carbassa  
100 gr de moniato cuit(2 racions de HC)  
6 castanyes cuites (2 racions de HC)  
4 panellets (2 racions de HC)