

# VIII Duatló Sa Pobla 07/12/2014



## FITNESS FUSIÓ

### MENÚ POST DUATLÓ SA POBLA

Bar Poliesportiu de Sa Pobla

Recupera't de la millor manera possible!



#### PRIMER PLAT:

Espagueti amb ceba i pernil salat.

#### SEGON PLAT A ELEGIR:

Pitrera de pollastre a la planxa amb arròs al curry i xampinyons.

Llom de tonyina a la planxa amb salsa de soia,  
i patata i pebre vermell torrat.

#### POSTRES:

Fruita del temps (plàtan)  
o iogurt amb un parell de nous o ametlles.

Menú recomanat per la dietista-nutricionista  
Maria Colomer Valiente Col IB00005

**PREU DEL MENÚ** ..... 12'00 €

Reserva anticipada abans de dia 5 de desembre  
al tel. 971 541 625 o al Bar Poliesportiu de Sa Pobla.

*El menu Inclou aigua, la millor opció després de l'esport*