

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 VACANCES D'ESTIU	3 VACANCES D'ESTIU	4 VACANCES D'ESTIU	5 VACANCES D'ESTIU	6 VACANCES D'ESTIU
9 Patates amb oli Aletes de pollastre Enciam i blat de moro Fruita del temps Pa <i>Verdures a la brasa o forn Hamburguesa vegetal casolana</i>	10 Arròs integral amb verdures Sense llegums Trita de patates Enciam i olives Iogurt natural ECO Pa <i>Pasta amb hortalisses Carn blanca a la planxa o forn</i>	11 FESTA	12 Amanida de pasta (amb pastanaga, enciam, blat de moro i oliva verda) Rap amb salsa verda i ceba confitada Fruita del temps/Pa <i>Verdures a la brasa o forn Hamburguesa vegetal casolana</i>	13 Crema de pastanaga Quinoa amb trossets de vedella Enciam i tomàquet Fruita del temps Pa <i>Amanida Pizza vegetal casolana</i>
16 Patata amb oli Bacallà a la planxa Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa <i>Verdures a la brasa o forn Falafel vegetal casolà</i>	17 Amanida d'arròs (amb tomàquet, pastanaga i blat de moro) Vedella a la planxa Fruita del temps Pa <i>Pasta amb verdures Ou</i>	18 Espaguetis integral amb salsa de remolatxa, tomàquet i pastanaga Daus de gall dinid adobats Enciam i blat de moro Fruita del temps / Pa <i>Arròs amb hortalisses Peix blanc a la planxa o forn</i>	19 Puré de carbassa (sense pastanaga ni ceba) Arròs amb tomàquet i cavalla Fruita del temps Pa <i>Amanida Carn blanca a la planxa o forn</i>	20 Sopa de brou vegetal amb fideus Trita d'espínacs i patata Enciam i tomàquet Fruita del temps Pa <i>Pasta amb verdures Hamburguesa vegetal casolana</i>
23 Patates guisades amb hortalisses Pollastre rostit Enciam i olives Fruita del temps Pa <i>Arròs amb verdures Ou</i>	24 Crema de porro i patata (sense llet) Croquetes de pollastre (sese al·lèrgens) Enciam i poma Fruita del temps <i>Amanida Hamburguesa vegetal casolana</i>	25 Arròs integral amb tomàquet Trita de patates i carbassó Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa <i>Pasta amb verdures Ou</i>	26 Macarrons integrals al pesto Peix fresc de mercat Enciam i tomàquet Fruita del temps Pa <i>Verdures a la brasa o forn Falafel vegetal casolà</i>	27 Crema de carbassó (sense llet) Amanida de patates amb ou Iogurt Eco natural Pa <i>Amanida Pizza vegetal casolana</i>
30 Espaguetis integrals a la carbonara Salmó a la planxa/forn Enciam i sèsam Fruita del temps Pa <i>Pasta amb hortalisses Carn blanca a la planxa o forn</i>				

MILLORES NUTRICIONALS

Productes ecològics: pasta, arròs, cuscús, llegums, iogurts, proteïna vegetal, Carns i verdures fresques. Els aliments es processen a la cuina. Cuinem amb oli d'oliva.
Productes integrals: pasta (spirals), arròs, pa.
Peix fresc: bacallà i sonso (producte de temporada).
Fruita i hortalisses de temporada, proximitat i Km0, producció integrada i ecològica.
Carns de proximitat: vedella de Girona i pollastre groc català.

Podeu trobar la informació d'al·lèrgens a la web de Paidos www.paidos.cat