



MENÚ DESEMBRE - DIETA TOVA

DILLUNS

2 Pasta blanca
Lluç a la planxa
Poma/Plàtan
Pa blanc

*Crema de verdures
Truita francesa*

9 Pasta blanca
Vedella a la planxa
Poma/plàtan
Pa blanc

*Crema de verdures
Bacallà a la planxa*

16 Patata bullida
Ous durs (sense salsa)
Poma/Plàtan
Pa blanc

*Crema de verdures
Salmó al forn*

23 FESTA

30 FESTA

DIMARTS

3 Crema de pastanaga
Truita Francesa
Iogurt ECO natural
Pa blanc

*Arròs blanc
Pollastre a la planxa o forn*

10 Arròs blanc
Truita francès
Iogurt natural
Pa blanc

*Pasta blanca
Truita francesa*

17 Arròs blanc
Pollastre al forn
Iogurt ECO natural
Pa blanc

*Pasta blanca
Truita francesa*

24 FESTA

31 FESTA

DIMECRES

4 Patata bullida
Salmó al forn
Poma/plàtan
Pa blanc

*Pasta blanca
Gall d'indi a la planxa o forn*

11 Patata bullida
Vedella a la planxa
Poma/plàtan

*Arròs blanc
Peix blanc a la planxa o forn*

18 Puré de pastanaga
Vedella a la planxa
Poma/plàtan

*Arròs blanc
Gall d'indi a la planxa*

25 FESTA

1 FESTA

DIJOUS

5 Arròs blanc
Pollastre al forn
Poma/plàtan
Pa blanc

*Crema de carbassó
Vedella a la planxa*

12 Pasta Blanca
Bacallà a la planxa
Poma/plàtan
Pa blanc

*Crema de pastanaga
Pollastre a la planxa*

19 Arròs blanc
Lluç a la planxa
Poma/platan

*Crema de carbassó
Pollastre a la planxa*

26 FESTA

2 FESTA

DIVENDRES

6 FESTA

13 Patata bullida
Pollastre a la planxa
Poma/Plàtan
Pa blanc

*Arròs blanc
Peix blau a la planxa o forn*

20 Pasta blanca
Vedella a la planxa
Poma/Plàtan

*Patata bullida
Peix blanc al forn*

27 FESTA

3 FESTA

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 (espirals), 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

