

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 FESTA <i>Arròs amb tomàquet</i> <i>Pollastre a la planxa</i>	4 Puré de verdures Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps / Pa sense gluten Formatge ratllat <i>Amanida variada</i> <i>Peix a la planxa</i>	5 Cigrons amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Lluç arrebossat (no gluten/ou) Xampinyons saltats amb all i julivert Fruita del temps / Pa sense gluten <i>Patates saltades amb allet</i> <i>Truita francesa</i>	6 Trinxat de col i patata Pollastre amb salsa d'ametlles (amb all, ceba i ametlles) Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps Pa sense gluten <i>Crema de carbassó</i> <i>Pèsols saltats amb pernil</i>	7 Amanida d'enciams, pastanaga, ou dur i blat de moro Arròs negre amb calamars Lactonesa amb all Fruita del temps / Pa sense gluten <i>Sopa d'au amb pasta sense gluten</i> <i>Tacos vegetals casolans sense gluten</i>
10 Crema de coliflor Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella Enciam i olives verdes Fruita del temps / Pa sense gluten Formatge ratllat <i>Amanida d'escalivada</i> <i>Peix a la planxa</i>	11 Mongetes saltades al pebre vermell Salmó al forn amb salsa de verdures (pastanaga i ceba) Amanida d'enciam i blat de moro logurt ECO natural Pa sense gluten <i>Sopa d'arròs amb verdures</i> <i>Gall dindi a la planxa</i>	12 Mongeta tendra i patata Pollastre arrebossat (no gluten/ou) Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa sense gluten <i>Crema de carbassa</i> <i>Amanida de llenties</i>	13 Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc Fideus sense gluten a la cassola (sofregit de tomàquet, costella i salsitxes de porc) Fruita del temps / Pa sense gluten <i>Sopa d'au amb pasta sense gluten</i> <i>Truita francesa</i>	14 Puré de llegums (cigró, mongeta i hortalisses) Truita de patata i ceba Amanida d'enciams i poma Fruita del temps Pa amb tomàquet sense gluten Crostons de pa sense gluten <i>Amanida variada</i> <i>Pizza vegetal casolana sense gluten</i>
17 Crema de carbassa (amb pastanaga, ceba i patata) Bacallà fresc arrebossat (no gluten/ou) Enciam i olives negres Fruita del temps / Pa sense gluten Crostons de pa sense gluten <i>Amanida de cigrons</i> <i>Pollastre a la planxa</i>	18 Llenties ECO amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Ous durs amb tomàquet Enciam i col llombarda Fruita del temps Pa sense gluten <i>Amanida variada</i> <i>Peix a la planxa</i>	19 Pasta sense gluten amb verdures (pastanaga, carbassó i ceba) Pollastre al forn Amanida d'enciams i pipes de girasol Fruita del temps Pa sense gluten <i>Crema de porros</i> <i>Truita francesa</i>	20 Arròs saltejat amb verdures Lluç al forn (amb herbes) Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa sense gluten <i>Pasta sense gluten amb tomàquet</i> <i>Pollastre a la planxa</i>	21 Amanida d'enciams, nous, taronja i crostons sense gluten Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa sense gluten <i>Crema de carbassa</i> <i>Hamburguesa vegetal completa</i>
24 Amanida d'enciams, pastanaga, ou dur i blat de moro Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella Fruita del temps / Pa sense gluten Formatge ratllat <i>Amanida d'arròs</i> <i>Truita de patates</i>	25 Crema de mongeta blanca i porros Lluç arrebossat (no gluten/ou) Enciam i ravenets logurt ECO natural / Pa sense gluten Crostons de pa sense gluten <i>Crema de carbassó</i> <i>Pèsols saltats amb pernil</i>	26 Hamburguesa completa (pa sense gluten, enciam, tomàquet, formatge, cogombrets) Patates fregides Quetxup casolà Fruita del temps <i>Patata i mongeta tendra</i> <i>Peix a la planxa</i>	27 Cigrons amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Truita de patata i calçots Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa amb tomàquet sense gluten <i>Cigrons saltats</i> <i>Pollastre a la planxa</i>	28 Arròs pilaff ECO Gall dindi a l'orenga (amb sofregit i xampinyons) Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps Pa sense gluten <i>Sopa d'au amb pasta sense gluten</i> <i>Pollastre arrebossat</i>
31 Pasta sense gluten amb salsa de remolatxa, tomàquet i pastanaga Maira arrebossada (no gluten/ou) Amanida d'enciams i pipes de carbassa Fruita del temps / Pa sense gluten Formatge ratllat <i>Amanida verda</i> <i>Truita de patates</i>	1	2	3	4

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 gros català.

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

