

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

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

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 gros català.

Podeu trobar la informació d'al·lèrgens a la web de Paidos [www.paidos.cat](http://www.paidos.cat)