



MENÚ MAIG – DIETA TOVA

2024-25

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
28	29	30	1 FESTA	2 FESTA
5 Puré de pastanaga Gall dindi a la planxa Pa blanc Poma/Plàtan	6 Arròs blanc Truita francesa Pa blanc Poma/Plàtan	7 Patata bullida Pollastre a la planxa Pa blanc Poma/Plàtan	8 Arròs blanc Bacallà a la planxa Pa blanc Poma/Plàtan	9 Pasta blanca Calamar a la planxa Pa blanc Poma/Plàtan
<i>Patata al forn Salmó al forn</i>	<i>Sopa d'au amb arròs Gall dindi a la planxa</i>	<i>Crema de carbassa Lluc a la planxa</i>	<i>Sopa d'au amb pasta Vedella a la planxa</i>	<i>Puré de patata Pollastre a la planxa</i>
12 Arròs blanc Lluç a la planxa Pa blanc Poma/Plàtan	13 Pasta blanca Vedella a la planxa Pa blanc Iogurt ECO natural	14 Puré de pastanaga Hamburguesa de vedella mixta Pa blanc Poma/Plàtan	15 Patata bullida Gall dindi a la planxa Pa blanc Poma/Plàtan	16 Sopa de peix amb arròs Truita francesa Pa blanc Poma/Plàtan
<i>Crema de verdures Pollastre a la planxa</i>	<i>Puré de pastanaga Truita francesa</i>	<i>Arròs blanc Salmó a la planxa</i>	<i>Pasta blanca Lluç a la planxa</i>	<i>Pasta blanca Vedella a la planxa</i>
19 Patata bullida Salmó al forn Pa blanc Poma/Plàtan	20 Pasta blanca Ous durs Pa blanc Poma/Plàtan	21 Puré de pastanaga Lluç a la planxa Pa blanc Poma/Plàtan	22 Arròs blanc Pollastre a la planxa Pa blanc Poma/Plàtan	23 Pasta blanca Vedella a la planxa Pa blanc Poma/Plàtan
<i>Arròs blanc Gall dindi a la planxa</i>	<i>Crema de carbassó Pollastre a la planxa</i>	<i>Puré de patata Vedella a la planxa</i>	<i>Puré de pastanaga Peix a la planxa</i>	<i>Sopa d'au amb pasta Pollastre a la planxa</i>
26 Pasta blanca Truita francesa Pa blanc Poma/Plàtan	27 Patata bullida Lluç a la planxa Pa blanc Iogurt ECO natural	28 Pasta blanca Vedella a la planxa Pa blanc Poma/Plàtan	29 Puré de pastanaga Carn magra a la planxa Pa blanc Poma/Plàtan	30 Arròs blanc Gall dindi a la planxa Pa blanc Poma/Plàtan
<i>Puré de patates Vedella a la planxa</i>	<i>Crema de carbassó Pollastre al forn</i>	<i>Patata bullida Peix a la planxa</i>	<i>Pasta blanca Pollastre a la planxa</i>	<i>Sopa d'au amb pasta Peix a la planxa</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 (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



Menú elaborat per Marisa Cera, dietista col·legiada CAT000326