

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 Amanida d'enciams, magrana, poma, panses i crostons no gluten Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella Formatge ratllat Fruita del temps / Pa sense gluten <i>Amanida de patata</i> <i>Gall dindi a la planxa</i>	4 Arròs integral amb tomàquet Trita de patata, moniato i ceba Enciam i olives verdes Iogurt ECO natural Pa amb tomàquet sense gluten <i>Verdura al forn</i> <i>Peix a la planxa</i>	5 Mongetes guisades amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Maira arrebossada sense gluten Amanida d'enciams i poma Fruita del temps Pa sense gluten <i>Crema de verdures</i> <i>Gall dindi a la planxa</i>	6 Trinxat de col i patata Lluç al forn Amanida d'enciams i pipes de carbassa Fruita del temps / Pa sense gluten <i>Llenties amb verdures</i> <i>Trita francesa</i>	7 Arròs amb hortalisses (pastanaga, carbassó i ceba) Pollastre al forn Panís de blat de moro Fruita del temps / Pa sense gluten <i>Amanida</i> <i>Pizza vegetal casolana</i>
10 Crema de pastanaga (amb ceba i patata) Pasta no gluten amb bolonyesa de vedella Formatge ratllat Fruita del temps / Pa sense gluten <i>Arròs amb verdures</i> <i>Pollastre a la planxa</i>	11 Llenties amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Bacallà fresc arrebossat sense gluten Enciam i ravenets Fruita del temps Pa sense gluten <i>Amanida d'espínacs</i> <i>Trita francesa</i>	12 Pasta no gluten amb salsa de remolatxa Vedella estofada amb patates (sofregit i pastanaga) Fruita del temps / Pa sense gluten Formatge ratllat <i>Verdures a la planxa</i> <i>Lluç al forn</i>	13 Patates amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Pollastre amb salsa de prunes Amanida d'enciam i magrana Fruita del temps / Pa sense gluten <i>Pasta sense gluten amb tomàquet</i> <i>Gall dindi a la planxa</i>	14 Sopa de peix amb arròs ECO (sofregit i fumet de peix) Trita de patata, carbassa i ceba Enciam i col llombarda Fruita del temps / Pa amb tomàquet sense gluten <i>Crema de verdures</i> <i>Pollastre arrebossat sense gluten</i>
17 Sopa d'au amb pasta no gluten Bacallà a la llauna amb mongetes Fruita del temps Pa sense gluten <i>Arròs amb verdures</i> <i>Trita francesa</i>	18 Cigrons amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Ous durs amb tomàquet Enciam i olives verdes Iogurt ECO natural Pa sense gluten <i>Amanida</i> <i>Gall dindi a la planxa</i>	19 Mongeta tendra i patata Pollastre arrebossat sense gluten Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa sense gluten <i>Pasta sense gluten amb tomàquet</i> <i>Peix a la planxa</i>	20 Arròs integral amb tomàquet Lluç amb salsa verda Amanida d'enciams i taronja Fruita del temps Pa sense gluten <i>Amanida de llegums</i> <i>Gall dindi a la planxa</i>	21 Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc Pasta no gluten amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa sense gluten <i>Patata al forn</i> <i>Hamburguesa vegetal</i>
24 Escudella barrejada amb pasta sense gluten Lluç al forn Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa sense gluten <i>Purè de verdures</i> <i>Pollastre a la planxa</i>	25 Arròs pilaf Gall dindi a l'orenga (sofregit i xampinyons) Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps / Pa sense gluten <i>Patata i mongeta tendra</i> <i>Lluç a la planxa</i>	26 Crema de carbassa (amb pastanaga, ceba i patata) Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella Amanida d'enciam i blat de moro Formatge ratllat Fruita del temps / Pa sense gluten <i>Amanida</i> <i>Cigrons amb verdures</i>	27 Llenties amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Trita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciams i magrana Fruita del temps / Pa sense gluten <i>Arròs amb tomàquet</i> <i>Gall dindi a la planxa</i>	28 Bledes amb patata ECO Salsitxes de porc al forn Xips de moniato Fruita del temps Pa sense gluten <i>Crema de verdures</i> <i>Tacos vegetals casolans</i>

* Els menús fins 2n de primària no contenen fruita seca sencera

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