

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1	Mongeta tendra i patata Filet de lluç a la romana Enciam i poma Fruita del temps Pa integral	2	Vichissoise (porros, patata i llet) Truita francesa Enciam i blat de moro Iogurt ECO natural Pa amb tomàquet Crotons de pa	3	Sopa de peix amb arròs ECO (sofregit i fumet) Pollastre al forn Daus de carbassa amb oli i sal Fruita del temps Pa integral	4	Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc Pasta amb bolonyesa de vedella Formatge ratllat Fruita del temps Pa integral	5	FESTIU
	Amanida de patata Gall dindi a la planxa		Verdura al forn Peix a la planxa		Crema de verdures Gall dindi a la planxa		Arròs amb tomàquet Truita francesa		Amanida Pizza vegetal casolana
8	FESTIU	9	Purè de pastanaga Ous durs amb tomàquet Enciam i blat de moro Fruita del temps Pa integral	10	Trinxat de col i patata Pollastre al forn Enciam i olives Pa integral Fruita del temps	11	Espirals integrals amb salsa de carbassa ECO Salmó al forn amb salsa de verdures (pastanaga i ceba) Enciam i poma Fruita del temps / Pa integral	12	Hamburguesa completa (enciam, tomàquet, formatge i cogombrets) Patates fregides Ketxup casolà Fruita del temps
	Arròs amb verdures Pollastre a la planxa		Amanida d'espínacs Lluç a la planxa		Verdures a la planxa Truita francesa		Cuscús amb verdures Gall dindi a la planxa		Crema de verdures Pollastre arrebossat
15	Mongeta tendra i patata Tiretes de lluç cruixents Enciam i remolatxa Fruita del temps Pa integral	16	Cuscús ECO amb hortalisses (pastanaga, carbassó i ceba) Pollastre al forn Panís de blat de moro Iogurt ECO natural Pa integral	17	Amanida d'enciams, magrana, poma, panses i crotons Pasta amb bolonyesa de vedella Formatge ratllat Fruita del temps / Pa integral	18	Patates amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Truita de patata i ceba Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa amb tomàquet	19	Sopa d'au amb pasta ECO de Nadal Mandonguilles amb tomàquet Neules de xocolata
	Arròs amb verdures Truita francesa		Amanida Peix al forn		Sopa de verdures Pollastre a la planxa		Pasta amb tomàquet Gall dindi a la planxa		Patata al forn Hamburguesa vegetal
22	VACANCES DE NADAL	23	VACANCES DE NADAL	24	VACANCES DE NADAL	25	VACANCES DE NADAL	26	VACANCES DE NADAL

Les amanides dels infants d'I3, I4, I5 i 1R no contenen fruits secs.

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

Paidos
Fundesplai