

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc 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>	2 Vichissoise (porros, patata i llet) Trita de mongeta blanca Enciam i blat de moro Iogurt ECO natural Pa sense gluten amb tomàquet Crotons de pa sense gluten <i>Verdura al forn</i> <i>Peix a la planxa</i>	3 Sopa de peix amb arròs ECO (sofregit i fumet) Pollastre al forn Daus de carbassa amb oli i sal Fruita del temps Pa sense gluten <i>Crema de verdures</i> <i>Amanida de llegums</i>	4 Mongeta tendra i patata Lluç arreboassat sense gluten Enciam i poma Fruita del temps Pa sense gluten <i>Arròs amb tomàquet</i> <i>Trita francesa</i>	5 FESTIU <i>Amanida</i> <i>Pizza vegetal casolana</i>
8 FESTIU <i>Arròs amb verdures</i> <i>Pollastre a la planxa</i>	9 Llenties amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Ous durs amb tomàquet Enciam i blat de moro Fruita del temps Pa sense gluten <i>Amanida d'espínacs</i> <i>Lluç a la planxa</i>	10 Trinxat de col i patata Pollastre al forn Enciam i olives Pa sense gluten Fruita del temps <i>Verdures a la planxa</i> <i>Trita francesa</i>	11 Pasta sense gluten amb salsa de carbassa ECO Salmó al forn amb salsa de verdures (pastanaga i ceba) Enciam i poma Fruita del temps / Pa sense gluten <i>Arròs amb verdures</i> <i>Gall dindi a la planxa</i>	12 Hamburguesa sense gluten (enciam, tomàquet, formatge i cogombrets) Patates fregides Quetxup casolà Fruita del temps <i>Crema de verdures</i> <i>Pollastre arreboassat sense gluten</i>
15 Mongeta tendra i patata Lluç arreboassat sense gluten Enciam i remolatxa Fruita del temps Pa sense gluten <i>Arròs amb verdures</i> <i>Trita francesa</i>	16 Arròs amb hortalisses (pastanaga, carbassó i ceba) Pollastre al forn Panís de blat de moro Iogurt ECO natural Pa sense gluten <i>Amanida</i> <i>Peix al forn</i>	17 Amanida d'enciams, magrana, poma, panses i crotons sense gluten Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa sense gluten <i>Sopa de verdures</i> <i>Pollastre a la planxa</i>	18 Cigrons amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Trita de patata i ceba Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa sense gluten amb tomàquet <i>Pasta amb tomàquet</i> <i>Gall dindi a la planxa</i>	19 Sopa d'au amb pasta sense gluten Mandonguilles amb tomàquet Postres de Nadal especials <i>Patata al forn</i> <i>Hamburguesa vegetal</i>
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'13, 14, 15 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



Menú elaborat per Marisa Cera, dietista col·legiada CAT000326