

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5 VACANCES DE NADAL	6 VACANCES DE NADAL	7 VACANCES DE NADAL	8 Purè de pastanaga Pasta amb vedella picada Fruita del temps Pa integral	9 Amanida d'enciams, nous i panses Arròs amb pollastre i verdures Fruita del temps Pa integral
			Arròs amb tomàquet Truita francesa	Verdura al forn Pizza vegetal casolana
12 Bròquil amb patata Lluç a la planxa Amanida d'enciams i pipes de girasol Fruita del temps Pa integral	13 Arròs integral Pèsols ofegats amb ceba Amanida d'enciam i blat de moro logurt ECO natural Pa integral	14 Vichissoise (porros, patata i llet) Pollastre al forn Enciam i olives verdes Pa integral Fruita del temps	15 Sopa d'au amb pasta ECO Bacallà a la llauna amb mongetes Fruita del temps Pa integral	16 Llenties amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Ous durs Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral
Pasta amb tomàquet 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
19 Arròs amb xampinyons Truita de patata i calçots Enciam i ravenets Fruita del temps Pa amb tomàquet	20 Mongetes saltades amb pebre vermell Gall dindi a la planxa Amanida d'enciams i taronja Fruita del temps Pa integral	21 Patata al caliu Vedella a la planxa Pa integral Fruita del temps	22 Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc Pasta amb vedella picada Fruita del temps Pa integral	23 Purè de llegums (cigró, mongeta i hortalisses) Lluç a la planxa Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral
Sopa de verdures Pollastre a la planxa	Amanida Peix al forn	Sopa d'au amb pasta Salmó a la planxa	Pasta amb tomàquet Gall dindi a la planxa	Patata al forn Hamburguesa vegetal
26 Amanida d'enciams, magrana, poma i panses Fideuà (peix, calamars i sofregit) Fruita del temps Pa integral	27 Cigró amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Lluç a la planxa Amanida d'enciams i sèsam logurt ECO natural Pa integral	28 Mongeta tendra i patata Pollastre a la planxa Panís de blat de moro Pa integral Fruita del temps	29 Arròs integral Truita d'espínacs i patata Amanida d'enciams i magrana Fruita del temps Pa integral	30 Crema de carbassa (pastanaga, ceba i patata) Pasta amb vedella picada Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa integral
Arròs amb verdures Truita francesa	Amanida Llenties estofades	Sopa de verdures Salmó a la planxa	Pasta amb tomàquet Gall dindi a la planxa	Patata al forn Hamburguesa vegetal

Les amanides dels infants d'I3, I4, I5 i I1R 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