

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5 VACANCES DE NADAL	6 VACANCES DE NADAL	7 VACANCES DE NADAL	8 Purè de pastanaga Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella Formatge ratllat Fruita del temps Pa sense gluten	9 Amanida d'enciams, ous, panses i crostons sense gluten Arròs a la cassola (sofregit de tomàquet, costella i salsitxes de porc) Fruita del temps Pa sense gluten
			Arròs amb tomàquet Truita francesa	Verdura al forn Pizza vegetal casolana
12 Bròquil amb patata Lluç arrebossat sense gluten Amanida d'enciams i pipes de girasol Fruita del temps Pa sense gluten	13 Arròs integral amb tomàquet Pèsols ofegats amb pernil i ceba Amanida d'enciam i blat de moro logurt ECO natural Pa sense gluten	14 Vichissoise (porros, patata i llet) Pollastre al forn Enciam i olives verdes Pa sense gluten Crostons sense gluten Fruita del temps	15 Sopa d'au amb pasta sense gluten Bacallà a la llauna amb mongetes Fruita del temps Pa sense gluten	16 Llenties amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Ous durs amb tomàquet Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa sense gluten
Pasta s.g amb tomàquet Pollastre a la planxa	Amanida d'espínacs Lluç a la planxa	Verdures a la planxa Truita francesa	Arròs amb verdures Gall dindi a la planxa	Crema de verdures Pollastre arrebossat s.g.
19 Arròs amb xampinyons Truita de patata i calçots Enciam i ravenets Fruita del temps Pa sense gluten amb tomàquet	20 Mongetes saltades amb pebre vermell Gall dindi amb salsa de prunes Amanida d'enciams i taronja Fruita del temps Pa sense gluten	21 Hamburguesa amb pa sense gluten (enciam, tomàquet, formatge i cogombres) Xips de moniato Quetxup casolà Fruita del temps	22 Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella Fruita del temps / Pa sense gluten	23 Purè de llegums (cigró, mongeta i hortalisses) Lluç amb salsa marinera Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa sense gluten / Crostons de pa sense gluten
Sopa de verdures Pollastre a la planxa	Amanida Peix al forn	Sopa d'au amb pasta s.g. Salmó a la planxa	Pasta s.g. amb tomàquet Gall dindi a la planxa	Patata al forn Hamburguesa vegetal
26 Amanida d'enciams, magrana, poma, panses i crostons sense gluten Fideuà sense gluten (peix, calamars i sofregit) Fruita del temps Pa sense gluten / Lactonesa amb all	27 Cigrons amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Lluç arrebossat sense gluten Amanida d'enciams i sèsam logurt ECO natural Pa sense gluten	28 Mongeta tendra i patata Pollastre amb salsa d'ametlles (all, ceba i ametlles) Panís de blat de moro Pa sense gluten Fruita del temps	29 Arròs integral amb tomàquet Truita d'espínacs i patata Amanida d'enciams i magrana Fruita del temps Pa sense gluten	30 Crema de carbassa (pastanaga, ceba i patata) Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella Enciam i olives verdes Fruita del temps / Pa sense gluten Formatge ratllat
Arròs amb verdures Truita francesa	Amanida Llenties estofades	Sopa de verdures Salmó a la planxa	Pasta s.g. 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

Paidos
Fundesplai