

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

|                                                                                                                                                            |                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5<br>VACANCES DE NADAL                                                                                                                                     | 6<br>VACANCES DE NADAL                                                                                                                      | 7<br>VACANCES DE NADAL                                                                                                                                         | 8<br>Purè de pastanaga<br>Pasta d'arròs amb<br>bolonyesa de vedella<br>Formatge ratllat<br>Fruita del temps<br>Pa sense gluten                                     | 9<br>Amanida d'enciams,<br>blat de moro, tomàquet i crostons<br>sense gluten<br>Arròs amb pollastre i verdures<br>Fruita del temps<br>Pa sense gluten                               |
|                                                                                                                                                            |                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                | Arròs amb tomàquet<br>Truita francesa                                                                                                                              | Verdura al forn<br>Pizza vegetal casolana                                                                                                                                           |
| 12<br>Bròquil amb patata<br>Lluç arrebossat sense gluten<br>Enciam amanit<br>Fruita del temps<br>Pa sense gluten                                           | 13<br>Arròs integral amb tomàquet<br>Gall dindi a la planxa<br>Amanida d'enciam i blat de moro<br>iogurt ECO natural<br>Pa sense gluten     | 14<br>Vichissoise (porros, patata i llet)<br>Pollastre al forn<br>Enciam i olives verdes<br>Pa sense gluten<br>Fruita del temps<br>Crostons de pa sense gluten | 15<br>Sopa d'au amb pasta d'arròs<br>Bacallà sense mongetes<br>Fruita del temps<br>Pa sense gluten                                                                 | 16<br>Patates amb hortalisses (ceba,<br>tomàquet, pastanaga i pebrot)<br>Ous durs amb tomàquet<br>Amanida d'enciam i pastanaga<br>Fruita del temps<br>Pa sense gluten               |
| Pasta amb tomàquet<br>Pollastre a la planxa                                                                                                                | Amanida d'espínacs<br>Lluç a la planxa                                                                                                      | Verdures a la planxa<br>Truita francesa                                                                                                                        | Cuscús amb verdures<br>Gall dindi a la planxa                                                                                                                      | Crema de verdures<br>Pollastre arrebossat s.g.                                                                                                                                      |
| 19<br>Arròs amb xampinyons<br>Truita de patata i calçots<br>Enciam i ravenets<br>Fruita del temps<br>Pa sense gluten amb tomàquet                          | 20<br>Patates saltades<br>amb pebre vermell<br>Gall dindi a la planxa<br>Amanida d'enciams i taronja<br>Fruita del temps<br>Pa sense gluten | 21<br>Hamburguesa amb pa sense gluten<br>(enciam, tomàquet, formatge i<br>cogombrets)<br>Xips de moniato<br>Ques xup casolà<br>Fruita del temps                | 22<br>Amanida d'enciams, pastanaga,<br>blat de moro, olives<br>i formatge fresc<br>Pasta d'arròs amb bolonyesa de<br>vedella<br>Fruita del temps / Pa sense gluten | 23<br>Purè de pastanaga<br>Lluç amb salsa marinera<br>Enciam i pastanaga<br>Fruita del temps<br>Pa integral<br>Crostons sense gluten                                                |
| Sopa de verdures<br>Pollastre a la planxa                                                                                                                  | Amanida<br>Peix al forn                                                                                                                     | Sopa d'au amb pasta s.g.<br>Salmó a la planxa                                                                                                                  | Pasta amb tomàquet<br>Gall dindi a la planxa                                                                                                                       | Patata al forn<br>Hamburguesa vegetal                                                                                                                                               |
| 26<br>Amanida d'enciams, magrana,<br>poma i crostons sense gluten<br>Pasta d'arròs amb peix, calamars i<br>sofregit<br>Fruita del temps<br>Pa sense gluten | 27<br>Purè de pastanaga<br>Lluç arrebossat sense gluten<br>Amanida d'enciams i sèsam<br>iogurt ECO natural<br>Pa sense gluten               | 28<br>Mongeta tendra i patata<br>Pollastre amb salsa d'ametlles<br>(all, ceba i ametlles)<br>Panís de blat de moro<br>Pa sense gluten<br>Fruita del temps      | 29<br>Arròs integral amb tomàquet<br>Truita d'espínacs i patata<br>Amanida d'enciams i magrana<br>Fruita del temps<br>Pa sense gluten                              | 30<br>Crema de carbassa (pastanaga,<br>ceba i patata)<br>Pasta d'arròs amb bolonyesa de vedella<br>Enciam i olives verdes<br>Fruita del temps / Pa sense gluten<br>Formatge ratllat |
| Arròs amb verdures<br>Truita francesa                                                                                                                      | Amanida<br>Truita francesa                                                                                                                  | Sopa de verdures<br>Salmó a la planxa                                                                                                                          | Pasta amb tomàquet<br>Gall dindi a la planxa                                                                                                                       | Patata al forn<br>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](http://www.paidos.cat)

**Paidos**  
Fundesplai