

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5	VACANCES DE NADAL	6	VACANCES DE NADAL	7	VACANCES DE NADAL	8	Purè de pastanaga Pasta amb bolonyesa de vedella Formatge ratllat Fruita del temps Pa integral	9	Amanida d'enciams, nous, panses i crostons Arròs a la cassola (sofregit de tomàquet, costella i salsitxes de porc) Fruita del temps Pa integral
							Arròs amb tomàquet Truita francesa		Verdura al forn Pizza vegetal casolana
12	Bròquil amb patata Filet de lluç a la romana Amanida d'enciams i pipes de girasol Fruita del temps Pa integral	13	Arròs integral amb tomàquet Gall dindi a la planxa Amanida d'enciam i blat de moro Iogurt ECO natural Pa integral	14	Vichissoise (porros, patata i llet) Pollastre al forn Enciam i olives verdes Pa integral Fruita del temps Crostons de pa	15	Sopa d'au amb pasta ECO Bacallà sense mongetes Fruita del temps Pa integral	16	Patates amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Ous durs amb tomàquet 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	Patates saltades amb pebre vermell Gall dindi amb salsa de prunes Amanida d'enciams i taronja Fruita del temps Pa integral	21	Hamburguesa completa (enciam, tomàquet, formatge i cogombrets) Xips de moniato Quetxup casolà Fruita del temps	22	Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc Pasta amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa integral	23	Purè de pastanaga Lluç amb salsa marinera Fruita del temps Pa integral Crostons de pa
	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, panses i crostons Fideuà (peix, calamars i sofregit) Fruita del temps Pa integral Lactonesa amb all	27	Purè de pastanaga Filet de lluç a la romana Amanida d'enciams i sèsam Iogurt ECO natural Pa integral	28	Mongeta tendra i patata Pollastre amb salsa d'ametlles (all, ceba i ametlles) Panís de blat de moro Pa integral Fruita del temps	29	Arròs integral amb tomàquet 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 bolonyesa de vedella Enciam i olives verdes Fruita del temps / Pa integral Formatge ratllat
	Arròs amb verdures Truita francesa		Amanida Truita francesa		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