

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2 Patates amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Lluç arrebossat Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral <i>Pasta amb tomàquet Pollastre a la planxa</i>	3 Sopa de peix amb arròs ECO (sofregit i fumet de peix) Truita de patata i calçots Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps Pa amb tomàquet <i>Amanida de patata Peix a la planxa</i>	4 Crema de carbassa (amb pastanaga, ceba i patata) Gall dindi a la planxa Crotons de pa Fruita del temps Pa integral <i>Arròs integral amb hortalisses Gall dindi a la planxa</i>	5 Espirals integrals amb salsa de remolatxa, tomàquet i pastanaga Salmó al forn amb salsa de verdures (pastanaga i ceba) Amanida d'enciam i magrana Fruita del temps Pa integral / Formatge ratllat <i>Crema de verdures Tofu amb hortalisses</i>	6 Trinxat de col i patata Pollastre a l'allet Panís de blat de moro Fruita del temps Pa integral <i>Verdura al forn Pizza vegetal casolana</i>
9 Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc Pasta amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa integral Formatge ratllat <i>Sopa d'au amb arròs Truita francesa</i>	10 Patates amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Lluç al forn amb crosta Enciam i olives verdes Batut casolà de iogurt ECO i plàtan Pa integral <i>Amanida d'espínacs Pollastre a la planxa</i>	11 Coliflor gratinada (amb patata, beixamel i formatge) Gall dindi amb salsa de poma Enciam i ravenets Fruita del temps Pa integral <i>Arròs integral amb tomàquet Truita francesa</i>	12 Sopa d'au amb pasta Truita de patata i ceba Botifarra d'ou Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps Pa amb tomàquet <i>Cuscús amb verdures Gall dindi a la planxa</i>	13 Purè de pastanaga Carn magre de porc arrebossada Daus de carbassa amb oli i sal Fruita del temps Pa integral Crotons de pa <i>Purè de patata Hamburguesa vegetal</i>
16 FESTA <i>Sopa de verdures Pollastre a la planxa</i>	17 Espirals integrals amb salsa de carbassa ECO Bacallà fresc arrebossat Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral <i>Amanida Truita francesa</i>	18 Amanida d'enciams, nous, panses i crotons Arròs a la cassola amb pollastre i carxofes Fruita del temps Pa integral <i>Sopa d'au amb pasta Salmó a la planxa</i>	19 Vichissoise (porros, patata i llet) Estofat de sípia amb patates Fruita del temps Pa integral Crotons de pa <i>Pasta amb tomàquet Gall dindi a la planxa</i>	20 Purè de pastanaga Truita de patata, moniato i ceba Amanida d'enciams i panses Fruita del temps Pa amb tomàquet <i>Patata al forn Pollastre arrebossat</i>
23 Purè de pastanaga Filet de lluç a la romana Amanida d'enciams i pastanaga Fruita del temps Pa integral <i>Arròs amb verdures Truita francesa</i>	24 Patata bullida Pollastre al forn Amanida d'enciam i blat de moro iogurt ECO natural Pa integral <i>Amanida Peix a la planxa</i>	25 Vedella estofada amb patates (sofregit i pastanaga) Purè de verdures Fruita del temps Pa integral Crotons de pa <i>Sopa de verdures Salmó a la planxa</i>	26 Arròs saltejat amb verdures Ous durs amb tomàquet Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa integral <i>Pasta amb tomàquet Gall dindi a la planxa</i>	27 Amanida d'enciams, blat de moro, pastanaga i verat Pasta amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa integral <i>Crema de verdures Tacos vegetals casolans</i>

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