

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

30 SETMANA SANTA	31 SETMANA SANTA	1 SETMANA SANTA	2 SETMANA SANTA	3 SETMANA SANTA
6 SETMANA SANTA	7 Purè de verdures (mongeta tendra, carbassa, porro, pastanaga, ceba i patata) Espaguetis ECO amb bolonyesa de soja Enciam i olives negres / Pa integral Iogurt ECO natural	8 Arròs ECO integral amb tomàquet Pollastre a l'allet Xampinyons saltats amb all i julivert Fruita del temps Pa integral	9 Sopa d'au amb pasta ECO <b>Carn magre de porc arrebossada (no gluten / no ou)</b> Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral	10 Cigrons ECO guisats amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Lluç al forn amb salsa verda Enciam i geminats Fruita del temps Pa integral
	<i>Amanida Cigrons amb verdures</i>	<i>Crema de verdures Peix blau</i>	<i>Saltejat de pèsol i patata</i>	<i>Verdura al forn Pizza vegetal casolana</i>
13 Llenties ECO guisades amb hortalisses (ceba, patanaga, tomàquet i pebrot) <b>Gall d'indi a la planxa</b> Enciam i blat de moro Fruita del temps Pa integral	14 Vichissoise (Porro ECO, patata i llet) Pollastre al forn amb salsa de prunes Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral	15 Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc Arròs ECO negre amb calamars Fruita del temps Pa integral	16 Mongeta tendra i patata Cassoleta de cigrons amb arròs integral ECO al curri (ceba, pastanaga, carbassa) Fruita del temps Pa integral	17 Espirals ECO integrals a la napolitana (tomàquet, pastanaga i carbassó) <b>Bacallà fresc arrebossat (no gluten / no ou)</b> Daus de carbassa ECO al forn amb oli i sal Fruita del temps Pa integral
<i>Pasta amb tomàquet Carn blanca</i>	<i>Verdures al forn Peix blanc</i>	<i>Mongeta blanca amb verdures</i>	<i>Amanida Carn vermella</i>	<i>Crema de verdures Tacos vegetals casolans</i>
20 Purè de llegums (cigró, mongea i hortalisses) <b>Tiretes de lluç cruixents (no gluten / no ou)</b> Enciam i poma Fruita del temps Pa integral / Crostons de pa	21 Arròs pilaf ECO Gall d'indi a l'orenga (guisat amb sofregit i xampinyons) Enciam i ravenets Fruita del temps Pa integral	22 Mongetes saltades amb pebre vermell <b>Pollastre a la planxa</b> Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa amb tomàquet	23 SANT JORDI Sopa de lletres Botifarra de porc al forn Patates al forn Batut casolà de iogurt ECO i plàtan Pa integral	24 <b>Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro sense ou dur</b> <b>Pasta blanca amb bolonyesa vegetal (seità i sofregit de tomàquet)</b> Fruita del temps / Pa integral
<i>Amanida d'arròs amb fruits secs</i>	<i>Pasta amb verdures i formatge</i>	<i>Crema de verdures Carn blanca</i>	<i>Coca de verdures</i>	<i>Verdura al forn Hamburguesa vegetal casolana</i>
27 Arròs integral ECO amb tomàquet <b>Gall d'indi a la planxa</b> Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa amb tomàquet	28 Cigrons ECO guisats amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Maira arrebossada Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps Pa integral	29 Cuscús ECO amb hortalisses (pastanaga, carbassó i ceba) Pollastre al forn Panís de blat de moro al forn Fruita del temps Pa integral	30 Amanida d'enciams, nous, panses i crostons <b>Pasta amb bolonyesa de vedella</b> Fruita del temps Pa integral	1
<i>Verdures al forn Tofu a la planxa</i>	<i>Pèsols saltejats amb patata</i>	<i>Arròs amb verdures i llenties</i>	<i>Crema de verdures Peix blau al forn</i>	

Les amanides dels infants d'13, 14, 15 i 1R 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)