

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)<br>Espaguetis ECO amb bolonyesa de soja<br>Enciam i olives negres / Pa integral<br><b>Fruita del temps</b> | 8  | Arròs ECO integral amb tomàquet<br>Pollastre a l'allet<br>Xampinyons saltats amb all i julivert<br>Fruita del temps<br>Pa integral  | 9  | Sopa d'au amb pasta ECO<br>Carn magre de porc arrebossada<br>Enciam i pastanaga<br>Fruita del temps<br>Pa integral  | 10 | Cigrons ECO guisats amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)<br>Lluç al forn amb salsa verda<br>Enciam i geminats<br>Fruita del temps<br>Pa integral                     |
|    |  |    | <i>Amanida<br/>Cigrons amb verdures</i>   |    | <i>Crema de verdures<br/>Peix blau</i>  |    | <i>Amanida de patata<br/>Ou</i>   |    | <i>Verdura al forn<br/>Pizza vegetal casolana</i>  |
| 13 | Llenties ECO guisades amb hortalisses (ceba, patanaga, tomàquet i pebrot)<br>Ous durs amb tomàquet<br>Enciam i blat de moro<br>Fruita del temps<br>Pa integral | 14 | <b>Vichissoise (sense llet)</b><br>Pollastre al forn amb salsa de prunes<br>Amanida d'enciam i pastanaga<br>Fruita del temps<br>Pa integral   | 15 | <b>Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives sense formatge fresc</b><br><b>Arròs ECO saltat amb calamars</b><br>Fruita del temps<br>Pa integral<br><b>Sense lactonesa</b> | 16 | Mongeta tendra i patata<br>Cassoleta de cigrons amb arròs integral ECO al curri (ceba, pastanaga, carbassa)<br>Fruita del temps<br>Pa integral  | 17 | Espirals ECO integrals a la napolitana (tomàquet, pastanaga i carbassó)<br>Bacallà fresc arrebossat<br>Daus de carbassa ECO al forn amb oli i sal<br>Fruita del temps<br>Pa integral |
|    | <i>Pasta amb tomàquet<br/>Carn blanca</i>  |    | <i>Verdures al forn<br/>Peix blanc</i>  |    | <i>Mongeta tendra i patata<br/>Ou</i>   |    | <i>Amanida<br/>Carn vermella</i>  |    | <i>Crema de verdures<br/>Tacos vegetals casolans</i>   |
| 20 | Purè de llegums (cigró, mongeta i hortalisses)<br>Tiretes de lluç cruixents<br>Enciam i poma<br>Fruita del temps<br>Pa integral / <b>Crostons casolans</b>     | 21 | Arròs pilaf ECO<br>Gall d'indi a l'orenga (guisat amb sofregit i xampinyons)<br>Enciam i ravenets<br>Fruita del temps<br>Pa integral  | 22 | Mongetes saltades amb pebre vermell<br>Trita de patata i ceba<br>Enciam i pastanaga<br>Fruita del temps<br>Pa amb tomàquet  | 23 | SANT JORDI<br>Sopa de lletres<br>Botifarra de porc al forn<br>Patates al forn<br><b>Fruita del temps</b><br>Pa integral   | 24 | Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro i ou dur<br>Macarrons ECO integrals amb bolonyesa vegetal (seità i sofregit de tomàquet)<br>Fruita del temps / Pa integral                |
|    | <i>Sopa de pasta<br/>Ou</i>  |    | <i>Pasta amb verdures</i>   |    | <i>Crema de verdures<br/>Carn blanca</i>  |    | <i>Coca de verdures</i>   |    | <i>Verdura al forn<br/>Hamburguesa vegetal casolana</i>  |
| 27 | Arròs integral ECO amb tomàquet<br>Trita d'espinaçs i patata<br>Enciam i pastanaga<br>Fruita del temps<br>Pa amb tomàquet                                      | 28 | Cigrons ECO guisats amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)<br>Maira arrebossada<br>Amanida d'enciam i blat de moro<br>Fruita del temps<br>Pa integral                     | 29 | Cuscús ECO amb hortalisses (pastanaga, carbassó i ceba)<br>Pollastre al forn<br>Panís de blat de moro al forn<br>Fruita del temps<br>Pa integral                                    | 30 | <b>Amanida d'enciams, nous, panses i crostons casolans</b><br>Lasanya de lentilles ECO (amb sofregit de tomàquet i beixamel d'arròs / sense formatge)<br>Fruita del temps / Pa integral | 1  |  |
|    | <i>Verdures al forn<br/>Tofu a la planxa</i>   |    | <i>Pèsols saltejats amb patata</i>  |    | <i>Arròs amb verdures<br/>Ou</i>  |    | <i>Crema de verdures<br/>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)

**Paidos**  
Fundesplai