

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 <b>Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella</b> Enciam i olives negres <b>Pa sense gluten</b> Iogurt ECO natural	8	Arròs ECO integral amb tomàquet Pollastre a l'allet Xampinyons saltats amb all i julivert Fruita del temps <b>Pa sense gluten</b>	9	<b>Sopa d'au amb pasta sense gluten</b> <b>Carn magre de porc arrebossada (no gluten i no ou)</b> Enciam i pastanaga Fruita del temps <b>Pa sense gluten</b>	10	Cigrons ECO guisats amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Lluç al forn amb salsa verda Enciam i geminats Fruita del temps <b>Pa sense gluten</b>
			<i>Amanida</i> <i>Cigrons amb verdures</i>		<i>Crema de verdures</i> <i>Peix blau</i>		<i>Amanida de patata</i> <i>Ou</i>		<i>Verdura al forn</i> <i>Pizza vegetal sense gluten casolana</i>
13	Llenties ECO guisades amb hortalisses (ceba, patanaga, tomàquet i pebrot) Ous durs amb tomàquet Enciam i blat de moro Fruita del temps <b>Pa sense gluten</b>	14	Vichissoise (Porro ECO, patata i llet) Pollastre al forn amb salsa de prunes Amanida d'enciam i pastanaga Enciam i blat de moro <b>Pa sense gluten / Crostons sense gluten</b>	15	Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc Arròs ECO negre amb calamars Fruita del temps <b>Pa sense gluten</b>	16	Mongeta tendra i patata Cassoleta de cigrons amb arròs integral ECO (sense curri) (ceba, pastanaga, carbassa) Fruita del temps <b>Pa sense gluten</b>	17	<b>Pasta sense gluten a la napolitana (tomàquet, pastanaga i carbassó)</b> <b>Bacallà fresc arrebossat (no gluten/ no ou)</b> Daus de carbassa ECO al forn amb oli i sal Fruita del temps <b>Pa sense gluten</b>
	<i>Pasta sense gluten amb tomàquet</i> <i>Carn blanca</i>		<i>Verdures al forn</i> <i>Peix blanc</i>		<i>Mongeta tendra i patata</i> <i>Ou</i>		<i>Amanida</i> <i>Carn vermella</i>		<i>Crema de verdures</i> <i>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 <b>Pa sense gluten / Crostons sense gluten</b>	21	Arròs pilaf ECO Gall d'indi a l'orenga (guisat amb sofregit i xampinyons) Enciam i ravenets Fruita del temps <b>Pa sense gluten</b>	22	Mongetes saltades amb pebre vermell Truita de patata i ceba Enciam i pastanaga Fruita del temps <b>Pa sense gluten amb tomàquet</b>	23	SANT JORDI <b>Sopa de pasta sense gluten</b> Botifarra de porc al forn Patates al forn Batut casolà de iogurt ECO i plàtan <b>Pa sense gluten</b>	24	Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro i ou dur <b>Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella</b> Fruita del temps <b>Pa sense gluten</b>
	<i>Sopa de pasta sense gluten</i> <i>Ou</i>		<i>Pasta sense gluten amb verdures i formatge</i>		<i>Crema de verdures</i> <i>Carn blanca</i>		<i>Coca de verdures</i>		<i>Verdura al forn</i> <i>Hamburguesa vegetal casolana</i>
27	Arròs integral ECO amb tomàquet Truita d'espinaçs i patata Enciam i pastanaga Fruita del temps <b>Pa sense gluten amb tomàquet</b>	28	<b>Amanida d'enciams, nous, panses i crostons (sense gluten)</b> <b>Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella</b> Fruita del temps <b>Pa sense gluten</b>	29	<b>Arròs amb verdures</b> Pollastre al forn Panís de blat de moro al forn Fruita del temps <b>Pa sense gluten</b>	30	Cigrons ECO guisats amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) <b>Maira arrebossada (no gluten / no ou)</b> Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps <b>Pa sense gluten</b>	1	
	<i>Verdures al forn</i> <i>Tofu a la planxa</i>		<i>Pèsols saltejats amb patata</i>		<i>Arròs amb verdures</i> <i>Ou</i>		<i>Crema de verdures</i> <i>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)

