

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 Fruita del temps	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 Carn magre de porc arrebossada 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>Amanida de patata Ou</i>		<i>Verdura al forn Pizza vegetal 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 Pa integral	14	Vichissoise (sense 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 sense formatge fresc Arròs ECO saltat amb calamars Fruita del temps Pa integral Sense lactonesa	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) Bacallà fresc arrebossat 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 tendra i patata Ou</i>		<i>Amanida Carn vermella</i>		<i>Crema de verdures Tacos vegetals casolans</i>
20	Purè de llegums (cigró, mongea i hortalisses) Tiretes de lluç cruixents Enciam i poma Fruita del temps Pa integral / Crostons casolans	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 Trita de patata i ceba Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa amb tomàquet	23	SANT JORDI Sopa de lletres Botifarra de porc al forn Patates al forn Fruita del temps Pa integral	24	Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro i ou dur Macarrons ECO integrals amb bolonyesa vegetal (seità i sofregit de tomàquet) Fruita del temps / Pa integral
	<i>Sopa de pasta Ou</i>		<i>Pasta amb verdures</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 Trita d'espinaçs i patata Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa amb tomàquet	28	Amanida d'enciams, nous, panses i crostons casolans Lasanya de llenties ECO (amb sofregit de tomàquet i beixamel d'arròs / sense formatge) 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	Cigrons ECO guisats amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Maira arrebossada Amanida d'enciam i blat de moro 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 Ou</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