

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| <p>4</p> <p>Arròs integral amb verdures (SENSE llegums) Lluç amb salsa verda Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Pasta sense gluten amb verdures i formatge</i></p> | <p>5</p> <p>Llentíes estofades amb hortalisses Trita de patates i carbassó Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Amanida de patata Carn blanca</i></p> | <p>6</p> <p>Gratinat de bròquil i patata Daus de gall d'indi a la jardineria Enciam i olives verdes Iogurt natural ECO sense sucre Pa sense gluten</p> <p><i>Arròs integral amb hortalisses Ou</i></p> | <p>7</p> <p>Amanida completa (enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives) Macarrons sense gluten amb bolonyesa de soja texturitzada SENSE GLUTEN Fruita del temps Pa sense gluten Formatge ratllat</p> <p><i>Crema de verdures Peix blau</i></p> | <p>8</p> <p>Crema de pèsols i patata Daus de porc guisats Tomàquet al forn Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Verdura al forn Pizza vegetal casolana</i></p> |
| <p>11</p> <p>Trinxat de col i patata vegetal Aletes de pollastre Amanida d'enciam i panses Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Sopa Ou</i></p> | <p>12</p> <p>Mongeta tendra amb patata Burrito de blat de moro amb tiretes de pollastre Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps</p> <p><i>Amanida d'espínacs Peix blanc</i></p> | <p>13</p> <p>Cigrons estofats amb hortalisses Bacallà al forn amb llimona Ceba confitada Iogurt natural ECO sense sucre Pa sense gluten</p> <p><i>Amanida d'arròs i formatge fresc</i></p> | <p>14</p> <p>Arròs integral amb tomàquet Trita d'espínacs i patata Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Amanida de llentíes</i></p> | <p>15</p> <p>Crema de carbassó (sense llet) Espaguetis integrals sense gluten amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada SENSE GLUTEN Fruita del temps Pa sense gluten Formatge ratllat</p> <p><i>Mongeta i patata Hamburguesa vegetal</i></p> |
| <p>18</p> <p>Espaguetis sense gluten al pesto Palometta amb samfaina Amanida d'enciam i olives verdes Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Verdures saltejades amb mongeta blanca</i></p> | <p>19</p> <p>Amanida de mongetes blanques (amb tomàquet, pastanaga i oliva negra) Vedella amb salsa de verdures (verdures triturades) Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Crema de verdures Carn blanca</i></p> | <p>20</p> <p>Purè de verdures Arròs integral amb bolonyesa de llentíes Iogurt natural ECO sense sucre Pa sense gluten</p> <p><i>Amanida de pasta sense gluten Ou</i></p> | <p>21</p> <p>Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Trita de patates Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Amanida Peix blau</i></p> | <p>22</p> <p>Crema de carbassó (sense llet) Amanida de llentíes sense gluten (amb tomàquet, blat de moro i oliva verda) Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Saltejat de verdures Tacos vegetals casolans</i></p> |
| <p>25</p> <p>FESTA</p> | <p>26</p> <p>Macarrons sense gluten amb salsa de tomàquet Pollastre rostit Enciam i olives verdes Fruita de temps Pa sense gluten</p> <p><i>Amanida de patata Peix blanc</i></p> | <p>27</p> <p>Bledes amb patata Pizza SENSE GLUTEN amb bolonyesa de soja texturitzada SENSE GLUTEN Iogurt natural ECO sense sucre</p> <p><i>Amanida Cigrons amb verdures</i></p> | <p>28</p> <p>Cigrons saltejats amb sofregit Peix fresc de mercat Ceba confitada Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Arròs amb verdures Carn blanca</i></p> | <p>29</p> <p>Crema de carbassó (sense llet) Llentíes saltades amb verdures Amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Crema de verdures Pizza vegetal casolana</i></p> |

Les amanides dels infants d'13, 14, 15 i 18 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