

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 integral</p> <p><i>Pasta amb verdures i formatge sense lactosa</i></p>	<p>5</p> <p>Llentilles estofades amb hortalisses Truita de patates i carbassó Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Amanida de patata Carn blanca</i></p>	<p>6</p> <p>Gratinat de bròquil i patata amb llet i formatge vegetals Daus de gall d'indi a la jardineria Enciam i olives verdes logurt natural ECO sense lactosa Pa integral</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 integrals amb bolonyesa de soja texturitzada Fruita del temps Pa integral Formatge ratllat sense lactosa, ni ou</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 integral Crotons</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 integral</p> <p><i>Sopa Ou</i></p>	<p>12</p> <p>Mongeta tendra amb patata Burrito de blat de moro amb tires de pollastre sense formatge 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 logurt natural ECO sense lactosa Pa integral</p> <p><i>Amanida d'arròs i formatge fresc sense lactosa</i></p>	<p>14</p> <p>Arròs integral amb tomàquet Truita d'espínacs i patata Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Amanida de llentilles</i></p>	<p>15</p> <p>Crema de carbassó (sense llet) Espaguetis integrals amb bolonyesa vegetal de llentilles Fruita del temps Pa integral Formatge ratllat</p> <p><i>Mongeta i patata Hamburguesa vegetal</i></p>
<p>18</p> <p>Espaguetis integrals al pesto vegà Palometta amb samfaina Amanida d'enciam i olives verdes Fruita del temps Pa integral</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 integral</p> <p><i>Crema de verdures Carn blanca</i></p>	<p>20</p> <p>Purè de verdures Arròs integral amb bolonyesa de llentilles logurt natural ECO sense lactosa Pa integral</p> <p><i>Amanida de pasta Ou</i></p>	<p>21</p> <p>Cigrons saltejats amb all i pebre vermell Truita de patates Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Amanida Peix blau</i></p>	<p>22</p> <p>Crema de carbassó (sense llet) Amanida de llentilles (amb tomàquet, blat de moro i oliva verda) Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Saltejat de verdures Tacos vegetals casolans</i></p>
<p>25</p> <p>FESTA</p>	<p>26</p> <p>Macarrons integrals amb salsa de tomàquet Pollastre rostit Enciam i olives verdes Fruita de temps Pa integral</p> <p><i>Amanida de patata Peix blanc</i></p>	<p>27</p> <p>Bledes amb patata Pizza SENSE gluten de pollastre i formatge sense lactosa logurt natural ECO sense lactosa</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 integral</p> <p><i>Cuscús amb verdures Carn blanca</i></p>	<p>29</p> <p>Crema de carbassó (sense llet) Llentilles saltades amb verdures Amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Crema de verdures Pizza vegetal casolana</i></p>

Les amanides dels infants del 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