

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

<p><b>1</b></p> <p>Purè de llegums (cigró, mongeta i hortalisses)  <b>Filet de lluç a la romana (NO gluten NO ou)</b>          Enciam i olives verdes          Fruita del temps  <b>Pa sense gluten</b>          Crostons sense gluten</p> <p><i>Crema de verdures</i>  <i>Ou</i></p>	<p><b>2</b></p> <p>Arròs integral ECO amb tomàquet          Truita de patata i carbassó          Enciam i cogombre          Iogurt ECO natural  <b>Pa sense gluten amb tomàquet</b></p> <p><i>Mongeta i patata</i>  <i>Peix blanc</i></p>	<p><b>3</b></p> <p>Mongetes saltades al pebre vermell          Salsitxes al forn          Samfaina          Fruita del temps  <b>Pa sense gluten</b></p> <p><i>Amanida de pasta sense gluten amb formatge fresc</i></p>	<p><b>4</b></p> <p>Bledes amb patata          Pollastre al forn          Tomàquet amanit amb orenga          Fruita del temps  <b>Pa sense gluten</b></p> <p><i>Verdures al forn</i>  <i>Amanida de llenties</i></p>	<p><b>5</b></p> <p>Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro i verat  <b>Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella</b>          Fruita del temps  <b>Pa sense gluten</b>          Formatge ratllat</p> <p><i>Amanida</i>  <i>Pizza (sense gluten) vegetal casolana</i></p>
<p><b>8</b></p> <p>Llenties ECO guisades amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot)          Ous durs amb tomàquet          Enciam i cogombre          Fruita del temps  <b>Pa sense gluten</b></p> <p><i>Arròs amb verdures</i>  <i>Carn blanca</i></p>	<p><b>9</b></p> <p>Amanida d'enciams, tomàquet, blat de moro, olives i formatge fresc  <b>Fideuà SENSE gluten (peix, calamars, sofregit)</b>          Fruita del temps  <b>Pa sense gluten</b>          Lactonesa</p> <p><i>Llenties amb verdures</i>  <i>Ou</i></p>	<p><b>10</b></p> <p>Arròs pilaff ECO          Gall d'indi a l'orenga          Enciam i pastanaga          Fruita del temps  <b>Pa sense gluten</b></p> <p><i>Saltejat de verdures</i>  <i>Peix blau</i></p>	<p><b>11</b></p> <p>Crema de pèsols  <b>Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella</b>          Fruita del temps  <b>Pa sense gluten</b>          Formatge ratllat</p> <p><i>Amanida</i>  <i>Saltejat de mongeta blanca</i></p>	<p><b>12</b></p> <p>Mongeta tendra i patata          Bacallà al forn  <b>Carbassó arrebossat NO gluten NO ou</b>          Fruita del temps  <b>Pa sense gluten</b></p> <p><i>Crema de verdures</i>  <i>Hamburguesa vegetal casolana</i></p>
<p><b>15</b></p> <p>Hummus amb bastonets de pastanaga          Arròs ECO negre amb calamars          Fruita del temps  <b>Pa sense gluten</b>          Lactonesa</p> <p><i>Saltejat de verdures</i>  <i>Peix blanc</i></p>	<p><b>16</b></p> <p>Mongeta tendra i patata          Lluç al forn          Enciam i pastanaga          Iogurt ECO natural  <b>Pa sense gluten</b></p> <p><i>Bledes amb patata</i>  <i>Ou</i></p>	<p><b>17</b></p> <p><b>Arròs amb hortalisses (pastanaga, carbassó i ceba)</b>          Pollastre al forn          Panís de blat de moro al forn          Fruita del temps  <b>Pa sense gluten</b></p> <p><i>Amanida de pasta sense gluten amb cigrons</i></p>	<p><b>18</b></p> <p><b>Gaspatxo (SENSE gluten)</b>  <b>Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella</b>          Fruita del temps  <b>Pa sense gluten</b>          Formatge ratllat</p> <p><i>Crema de verdures</i>  <i>Carn blanca</i></p>	<p><b>19</b></p> <p><b>Hamburguesa completa amb pa sense gluten</b>          Patates fregides          Gelat</p> <p><i>Verdures al forn</i>  <i>Tacos vegetals casolans</i></p>
<p><b>22</b></p> <p>VACANCES</p>	<p><b>23</b></p> <p>VACANCES</p>	<p><b>24</b></p> <p>VACANCES</p>	<p><b>25</b></p> <p>VACANCES</p>	<p><b>26</b></p> <p>VACANCES</p>

Les amanides dels infants d'I3, I4, I5 i I1R 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)