

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p>1</p> <p>Purè de llegums (cigró, mongeta i hortalisses) Filet de lluç a la romana Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa integral Crotons de pa</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Ou</i></p>	<p>2</p> <p>Arròs integral ECO amb tomàquet Truita de patata i carbassó Enciam i cogombre Iogurt ECO natural Pa amb tomàquet</p> <p><i>Mongeta i patata</i> <i>Peix blanc</i></p>	<p>3</p> <p>Mongetes saltades al pebre vermell Hamburguesa vegetal Samfaina Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Amanida de pasta amb formatge fresc</i></p>	<p>4</p> <p>Bledes amb patata Tofu al forn Tomàquet amanit amb orenga Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Verdures al forn</i> <i>Amanida de llenties</i></p>	<p>5</p> <p>Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro i verat Espaguetis amb bolonyesa vegetal ECO (soja i sofregit de tomàquet) Fruita del temps Pa integral Formatge ratllat</p> <p><i>Amanida</i> <i>Pizza vegetal casolana</i></p>
<p>8</p> <p>Llenties ECO guisades amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Ous durs amb tomàquet Enciam i cogombre Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Arròs amb verdures</i> <i>Seità</i></p>	<p>9</p> <p>Amanida d'enciam, tomàquet, blat de moro, olives i formatge fresc Fideuà (peix, calamars, sofregit) Fruita del temps Pa integral Lactonesa</p> <p><i>Cuscús amb verdures</i> <i>Ou</i></p>	<p>10</p> <p>Arròs pilaff ECO Cigrons saltats a l'orenga Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Saltejat de verdures</i> <i>Peix blau</i></p>	<p>11</p> <p>Crema de pèsols Macarrons integrals ECO amb bolonyesa vegetal ECO (seità i sofregit de tomàquet) Fruita del temps Pa integral Formatge ratllat</p> <p><i>Amanida</i> <i>Saltejat de mongeta blanca</i></p>	<p>12</p> <p>Mongeta tendra i patata Tofu al forn Carbassó arrebossat Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Hamburguesa vegetal casolana</i></p>
<p>15</p> <p>Arròs integral ECO amb tomàquet Truita de patata i ceba Enciam i olives Fruita del temps Pa amb tomàquet</p> <p><i>Saltejat de verdures</i> <i>Peix blanc</i></p>	<p>16</p> <p>Mongetes saltades al pebre vermell Samó amb salsa de verdures (pastanaga i ceba) Enciam i pastanaga Iogurt ECO natural Pa amb tomàquet</p> <p><i>Bledes amb patata</i> <i>Ou</i></p>	<p>17</p> <p>Espirals ECO amb salsa de carbassa Tofu amb salsa d'ametlles Panís de blat de moro al forn Fruita del temps Pa integral Formatge ratllat</p> <p><i>Amanida de pasta amb cigrons</i></p>	<p>18</p> <p>Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro i ou dur Lasanya de llenties ECO (amb sofregit de tomàquet i beixamel d'arròs) Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Seità</i></p>	<p>19</p> <p>Hamburguesa vegetal completa Patates fregides Gelats</p> <p><i>Verdures al forn</i> <i>Tacos vegetals casolans</i></p>
<p>22</p> <p>VACANCES</p>	<p>23</p> <p>VACANCES</p>	<p>24</p> <p>VACANCES</p>	<p>25</p> <p>VACANCES</p>	<p>26</p> <p>VACANCES</p>

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