

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p>1</p> <p>Pèsols i patata Filet de lluç a la romana Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Ou</i></p>	<p>2</p> <p>Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro i verat Lasanya de lleties ECO (amb sofregit de tomàquet i beixamel d'arròs) iogurt ECO natural Pa integral</p> <p><i>Mongeta i patata</i> <i>Peix blanc</i></p>	<p>3</p> <p>Arròs integral ECO amb tomàquet Hamburguesa vegetal Samfaina Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Amanida de pasta amb formatge</i> <i>fresc</i></p>	<p>4</p> <p>Cuscús ECO amb hortalisses (pastanaga, carbassó i ceba) Tofu al forn Tomàquet amanit amb orenga Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Verdures al forn</i> <i>Amanida de lleties</i></p>	<p>5</p> <p>Mongeta saltada al pebre vermell Truita de carbassó, patata i ceba Amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps Pa amb tomàquet</p> <p><i>Amanida</i> <i>Pizza vegetal casolana</i></p>
<p>8</p> <p>Amanida d'enciams, tomàquet, blat de moro, olives i formatge fresc Fideuà (peix, calamars, sofregit) Fruita del temps Pa integral Lactonesa</p> <p><i>Arròs amb verdures</i> <i>Tofu</i></p>	<p>9</p> <p>Lleties ECO guisades amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Cuscús amb verdures</i> <i>Peix blau</i></p>	<p>10</p> <p>Arròs pilaff ECO Tofu a l'orenga (guisat amb sofregit i xampinyons) Carbassó a la romana Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Saltejat de verdures</i> <i>Ou</i></p>	<p>11</p> <p>Hamburguesa completa (vegetal) (enciam, tomàquet, formatge, cogombres) Fruita del temps</p> <p><i>Amanida</i> <i>Saltejat de mongeta blanca</i></p>	<p>12</p> <p>Mongeta tendra i patata Falafels de cigrons ECO Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Hamburguesa vegetal casolana</i></p>
<p>15</p> <p>Purè de llegums (cigró, mongeta i hortalisses) Peix arrebossat Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Ou</i></p>	<p>16</p> <p>Verdura i patata Hamburguesa vegetal Amanida d'enciam i pastanaga iogurt ECO natural Pa integral</p> <p><i>Amanida de pasta amb cigrons</i></p>	<p>17</p> <p>Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro i ou dur Pizza casolana de xampinyons i formatge Panís de blat de moro al forn Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Saltejat de verdures</i> <i>Cigrons saltejats</i></p>	<p>18</p> <p>Espirals integrals ECO amb salsa d'alfàbrega i formatge Ous durs amb tomàquet Amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Bledes amb patata</i> <i>Peix blanc</i></p>	<p>19</p> <p>Amanida d'enciams, tomàquet, pastanaga i blat de moro Arròs ECO negre amb calamars Gelat de gel Pa integral Lactonesa</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