

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p>1</p> <p>Purè de llegums (cigró, mongeta i hortalisses) Filet de lluç a la romana (NO gluten NO ou) Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa integral Crostons de pa</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Carn blanca</i></p>	<p>2</p> <p>Arròs integral ECO amb tomàquet Gall d'indi a la planxa / forn 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 Salsitxes al forn Samfaina Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Amanida de pasta amb formatge fresc</i></p>	<p>4</p> <p>Bledes amb patata Pollastre 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) Pollastre a la planxa / forn Enciam i cogombre Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Arròs amb verdures</i> <i>Carn blanca</i></p>	<p>9</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>Cuscús amb verdures i cigrons</i></p>	<p>10</p> <p>Arròs pilaff ECO Gall d'indi 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 Bacallà al forn Carbassó arrebossat NO gluten NO ou 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 Trita 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>Mongeta saltada al pebre vermell Salmó amb salsa de verdures (pastanaga i ceba) Enciam i pastanaga Iogurt ECO natural Pa integral</p> <p><i>Bledes amb patata</i> <i>Carn vermella</i></p>	<p>17</p> <p>Espirals ECO amb salsa de carbassa Pollastre amb salsa d'ametlles Enciam i blat de moro Fruita del temps Pa integral Formatge ratllat</p> <p><i>Amanida</i> <i>Saltejat de cigrons</i></p>	<p>18</p> <p>Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro (SENSE ou dur) Pasta amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Carn blanca</i></p>	<p>19</p> <p>Hamburguesa completa Patates fregides Gelat</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'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