

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p><b>1</b></p> <p>Pèsols i patata <b>Seità arrebossat</b> Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Ou</i></p>	<p><b>2</b></p> <p><b>Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro SENSE verat</b> 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><b>3</b></p> <p>Arròs integral ECO amb tomàquet <b>Hamburguesa vegetal</b> Samfaina Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Amanida de pasta amb formatge fresc</i></p>	<p><b>4</b></p> <p>Cuscús ECO amb hortalisses (pastanaga, carbassó i ceba) <b>Tofu al forn</b> Tomàquet amanit amb orenga Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Verdures al forn</i> <i>Amanida de lleties</i></p>	<p><b>5</b></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><b>8</b></p> <p>Amanida d'enciams, tomàquet, blat de moro, olives i formatge fresc <b>Fideuà de verdures</b> Fruita del temps Pa integral Lactonesa</p> <p><i>Arròs amb verdures</i> <i>Cigrons saltejats</i></p>	<p><b>9</b></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>Seità</i></p>	<p><b>10</b></p> <p>Arròs pilaff ECO <b>Tofu a l'orenga (guisat amb sofregit i xampinyons)</b> Carbassó a la romana Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Saltejat de verdures</i> <i>Ou</i></p>	<p><b>11</b></p> <p><b>Hamburguesa completa (vegetal)</b> (enciam, tomàquet, formatge, cogombres) Fruita del temps</p> <p><i>Amanida</i> <i>Saltejat de mongeta blanca</i></p>	<p><b>12</b></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><b>15</b></p> <p>Purè de llegums (cigró, mongeta i hortalisses) <b>Seità arrebossat</b> Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Ou</i></p>	<p><b>16</b></p> <p>Verdura i patata <b>Hamburguesa vegetal</b> Amanida d'enciam i pastanaga iogurt ECO natural Pa integral</p> <p><i>Amanida de pasta amb formatge fresc</i></p>	<p><b>17</b></p> <p>Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro i ou dur <b>Pizza casolana de xampinyons i formatge</b> 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><b>18</b></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>Tofu</i></p>	<p><b>19</b></p> <p>Amanida d'enciams, tomàquet, pastanaga i blat de moro <b>Arròs ECO amb verdures</b> Gelat de gel Pa integral</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'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](http://www.paidos.cat)