

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p><b>1</b></p> <p>Purè de llegums (cigró, mongeta i hortalisses) <b>Seità arrebossat</b> Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa integral Crostants de pa</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Tofu</i></p>	<p><b>2</b></p> <p>Arròs integral ECO amb tomàquet <b>Saltat de patata i carbassó</b> Enciam i cogombre <b>logurt de soja o Fruita del temps</b> Pa amb tomàquet</p> <p><i>Mongeta i patata</i> <i>Saltejat de cigrons</i></p>	<p><b>3</b></p> <p>Mongetes saltades al pebre vermell <b>Hamburguesa vegetal</b> Samfaina Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Amanida de pasta amb verdures</i></p>	<p><b>4</b></p> <p>Bledes amb patata <b>Tofu al forn</b> Tomàquet amanit amb orenga Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Verdures al forn</i> <i>Amanida de llenties</i></p>	<p><b>5</b></p> <p><b>Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro (SENSE verat)</b> Espaguetis amb bolonyesa vegetal ECO (soja i sofregit de tomàquet) Fruita del temps Pa integral <b>Formatge vegà</b></p> <p><i>Amanida</i> <i>Pizza vegetal casolana</i></p>
<p><b>8</b></p> <p>Llenties ECO guisades amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) <b>Arròs amb verdures</b> Enciam i cogombre Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Mongeta i patata</i> <i>Seità</i></p>	<p><b>9</b></p> <p><b>Amanida d'enciam, tomàquet, blat de moro, olives (SENSE formatge fresc)</b> <b>Fideuà de verdures</b> Fruita del temps Pa integral <b>NO lactonesa</b></p> <p><i>Cuscús amb verdures</i></p>	<p><b>10</b></p> <p>Arròs pilaff ECO <b>Cigrons saltats a l'orenga</b> Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Saltejat de verdures</i> <i>Tofu</i></p>	<p><b>11</b></p> <p>Crema de pèsols Macarrons integrals ECO amb bolonyesa vegetal ECO (seità i sofregit de tomàquet) Fruita del temps Pa integral <b>Formatge vegà</b></p> <p><i>Amanida</i> <i>Saltejat de mongeta blanca</i></p>	<p><b>12</b></p> <p>Mongeta tendra i patata <b>Tofu al forn</b> <b>Carbassó arrebossat NO gluten NO ou</b> Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Hamburguesa vegetal casolana</i></p>
<p><b>15</b></p> <p>Hummus amb bastonets de pastanaga <b>Arròs ECO amb verdures</b> Fruita del temps Pa integral <b>NO lactonesa</b></p> <p><i>Saltejat de verdures</i> <i>Amanida de llenties</i></p>	<p><b>16</b></p> <p>Purè de verdures <b>Saltat de patata i ceba</b> Enciam i pastanaga <b>logurt de soja o Fruita del temps</b> Pa amb tomàquet</p> <p><i>Bledes amb patata</i> <i>Hamburguesa vegetal</i></p>	<p><b>17</b></p> <p>Cuscús ECO amb hortalisses (pastanaga, carbassó i ceba) <b>Tofu al forn</b> Panís de blat de moro al forn Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Amanida de pasta amb cigrons</i></p>	<p><b>18</b></p> <p><b>Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro (SENSE ou dur)</b> <b>Lasanya de llenties ECO (amb sofregit de tomàquet i beixamel d'arròs) (SENSE formatge)</b> Fruita del temps Pa integral</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Seità</i></p>	<p><b>19</b></p> <p><b>Hamburguesa vegetal completa</b> Patates fregides Gelat <b>Formatge vegà</b></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)