

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p><b>1</b> Patates guisades amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Filet de lluç a la romana (NO gluten NO ou) Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa sense gluten Croston sense gluten</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Ou</i></p>	<p><b>2</b> Arròs integral ECO amb tomàquet Truita de patata i carbassó Enciam i cogombre Iogurt ECO natural Pa sense gluten amb tomàquet</p> <p><i>Mongeta i patata</i> <i>Peix blanc</i></p>	<p><b>3</b> Puré de pastanaga Salsitxes al forn Samfaina Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Amanida de pasta sense al·lèrgens</i> <i>amb formatge fresc</i></p>	<p><b>4</b> Bledes amb patata Pollastre al forn Tomàquet amanit amb orenga Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Verdures al forn</i> <i>Carn blanca</i></p>	<p><b>5</b> Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro i verat Pasta sense al·lèrgens amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa sense gluten Formatge ratllat</p> <p><i>Amanida</i> <i>Pizza (sense gluten) vegetal casolana</i></p>
<p><b>8</b> Patates guisades amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Ous durs amb tomàquet Enciam i cogombre Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Arròs amb verdures</i> <i>Carn blanca</i></p>	<p><b>9</b> Amanida d'enciam, tomàquet, blat de moro, olives i formatge fresc Fideuà sense al·lèrgens (peix, calamars, sofregit) Fruita del temps Pa sense gluten Lactonesa</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Ou</i></p>	<p><b>10</b> Arròs pilaff ECO Gall d'indi a l'orenga Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Saltejat de verdures</i> <i>Peix blau</i></p>	<p><b>11</b> Puré de pastanaga Pasta sense al·lèrgens amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa sense gluten Formatge ratllat</p> <p><i>Amanida</i> <i>Ou</i></p>	<p><b>12</b> Mongeta tendra i patata Bacallà al forn Carbassó arrebossat NO gluten NO ou Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Hamburguesa vegetal casolana</i></p>
<p><b>15</b> Amanida d'enciam, pastanaga, blat de moro i ou dur Arròs ECO negre amb calamars Fruita del temps Pa sense gluten Lactonesa</p> <p><i>Saltejat de verdures</i> <i>Peix blanc</i></p>	<p><b>16</b> Mongeta saltada al pebre vermell Lluç al forn (SENSE crostra) Enciam i pastanaga Iogurt ECO natural Pa sense gluten</p> <p><i>Bledes amb patata</i> <i>Ou</i></p>	<p><b>17</b> Arròs amb hortalisses (pastanaga, carbassó i ceba) Pollastre al forn Enciam i blat de moro Fruita del temps Pa sense gluten</p> <p><i>Amanida de pasta sense al·lèrgens</i> <i>amb formatge fresc</i></p>	<p><b>18</b> Gaspatxo (SENSE gluten) Pasta sense al·lèrgens amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa sense gluten Formatge ratllat</p> <p><i>Crema de verdures</i> <i>Carn blanca</i></p>	<p><b>19</b> Hamburguesa completa (100% vedella) amb pa sense gluten Patates fregides Gelat</p> <p><i>Verdures al forn</i> <i>Tacos vegetals casolans</i></p>
<p><b>22</b> VACANCES</p>	<p><b>23</b> VACANCES</p>	<p><b>24</b> VACANCES</p>	<p><b>25</b> VACANCES</p>	<p><b>26</b> 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)