

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

7	VACANCES D'ESTIU	8	Amanida d'enciams, blat de moro, pastanaga i verat Pasta SENSE gluten amb bolonyesa de vedella logurt ECO natural Pa sense gluten	9	Arròs ECO integral amb tomàquet Pollastre al forn Enciam i cogombre Fruita del temps Pa sense gluten	10	Purè carbassó (amb patata i ceba) Crotons de pa sense gluten Trita de patata i ceba Enciam i blat de moro Fruita del temps Pa sense gluten amb tomàquet	11	FESTA
			Amanida de llenties		Amanida de patata Ou		Arròs saltejat amb verdures Peix blanc		
14	Llenties ECO guisades amb hortalisses Trita de patata, carbassó i ceba Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa sense gluten amb tomàquet	15	Mongeta tendra i patata Lluç arrebossat NO gluten NO ou Enciam i tomàquet Fruita del temps Pa sense gluten	16	Arròs ECO pilaf Gall d'indi a l'orenga (amb sofregit i xampinyons) Enciam i cogombre Fruita del temps Pa sense gluten	17	Pasta SENSE gluten a la napolitana (tomàquet, pastanaga i carbassó) Formatge ratllat Vedella estofada amb patates Fruita del temps Pa sense gluten	18	Purè de llegums (cigró, mongeta i hortalisses) Crotons de pa sense gluten Bacallà amb samfaina Fruita del temps Pa sense gluten
	Amanida de pasta sense gluten amb formatge fresc		Amanida verda amb fruits secs Carn blanca		Arròs amb verdures Ou		Saltejat de verdures Cigró saltats		Verdura al forn Pizza vegetal casolana (sense gluten)
21	Crema de verdures Pasta SENSE gluten amb bolonyesa de vedella Formatge ratllat Fruita del temps Pa sense gluten	22	Mongetes saltades al pebre vermell Trita de patata i ceba Enciam i pastanaga logurt ECO natural Pa sense gluten amb tomàquet	23	Arròs integral amb tomàquet Salmó al forn amb salsa de verdures (pastanaga i ceba) Enciam, poma i sèsam Fruita del temps / Pa sense gluten	24	Bròquil amb patata Pollastre al forn amb salsa d'ametlles (all, ceba i ametlles) Enciam i olives Fruita del temps / Pa sense gluten	25	Patates estofades amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Lluç a la romana NO gluten NO ou Tomàquet al forn Fruita del temps Pa sense gluten
	Amanida verda amb formatge fresc Peix blanc		Amanida d'arròs Carn blanca		Verdures al forn Ou		Crema de verdures Mongeta blanca saltada		Saltejat de verdures Tacos vegetals
28	Llenties ECO guisades amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Ous durs amb tomàquet Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa sense gluten	29	Enciam, taronja, nous i crotons SENSE gluten Pasta SENSE gluten amb bolonyesa de vedella Formatge ratllat Fruita del temps / Pa sense gluten	30	Bledes amb patata Gall d'indi amb salsa de poma Enciam i olives Fruita del temps Pa sense gluten				
	Crema de verdures Carn blanca		Saltejat de verdures Llenties saltades		Amanida Peix blau				

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