

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 pilaff 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 Cigrons 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