

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

7	VACANCES D'ESTIU	8	Amanida d'enciams, blat de moro, pastanaga i verat Macarrons integrals eco amb bolonyesa vegetal (seità i sofregit de tomàquet) Iogurt ECO natural / Pa integral	9	Arròs ECO integral amb tomàquet Pollastre al forn Enciam i cogombre Fruita del temps Pa integral	10	Purè carbassó (amb patata i ceba) Crotons de pa Truita de patata i ceba Enciam i blat de moro Fruita del temps Pa amb tomàquet	11	FESTA
			Verdures al forn Carn blanca		Amanida de patata Ou		Arròs saltejat amb verdures Peix blanc		
14	Patates guisades amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Truita de patata, carbassó i ceba Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa amb tomàquet	15	Mongeta tendra i patata Lluç arrebossat Enciam i tomàquet Fruita del temps Pa integral	16	Arròs ECO pilaff Gall d'indi a l'orenga (amb sofregit i xampinyons) Enciam i cogombre Fruita del temps Pa integral	17	Espirals ECO integrals a la napolitana (tomàquet, pastanaga i carbassó) Formatge ratllat Vedella estofada amb patates Fruita del temps / Pa integral	18	Purè de pastanaga Crotons de pa Bacallà amb samfaina Fruita del temps Pa integral
	Amanida de pasta amb formatge fresc		Amanida verda amb fruits secs Carn blanca		Cuscús amb verdures Prix blanc		Saltejat de verdures Ou		Verdura al forn Pizza vegetal casolana
21	Crema de verdures Pasta amb bolonyesa de vedella Formatge ratllat Fruita del temps Pa integral	22	Purè de pastanaga Truita de patata i ceba Enciam i pastanaga Iogurt ECO natural Pa 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 integral	24	Bròquil amb patata Pollastre al forn amb salsa d'ametlles (all, ceba i ametlles) Enciam i olives Fruita del temps / Pa integral	25	Patates estofades amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Lluç a la romana Tomàquet al forn Fruita del temps Pa integral
	Amanida verda amb formatge fresc Peix blanc		Amanida d'arròs Carn blanca		Verdures al forn Ou		Crema de verdures Peix blau		Saltejat de verdures Tacos vegetals
28	Purè de pastanaga Ous durs amb tomàquet Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral	29	Enciam, taronja, nous i crotons Macarrons integrals ECO amb bolonyesa vegetal (seità i sofregit de tomàquet) Formatge ratllat Fruita del temps / Pa integral	30	Bledes amb patata Gall d'indi amb salsa de poma Enciam i olives Fruita del temps Pa integral				
	Crema de verdures Carn blanca		Saltejat de verdures Ou		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

Paidos
Fundesplai