

DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
7	VACANCES D'ESTIU	8	Amanida d'enciams, blat de moro, pastanaga SENSE verat Macarrons integrals eco amb bolonyesa vegetal (seità i sofregit de tomàquet) logurt ECO natural / Pa integral	9	Arròs ECO integral amb tomàquet Pollastre al forn Enciam i cogombre Fruita del temps Pa integral	10	Puré carbassó (amb patata i ceba) Crostons de pa Truita de patata i ceba Enciam i blat de moro Fruita del temps Pa amb tomàquet	11	FESTA
		Amanida de lleties		Amanida de patata Ou		Amanida d'espínacs Mongeta blanca saltada			
14	Lleties ECO 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 Pollastre a la planxa 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	Puré de llegums (cigró, mongeta i hortalisses) Crostons de pa Bacallà amb samfaina Fruita del temps Pa integral
Amanida de pasta amb formatge fresc		Amanida verda amb fruits secs Mongeta blanca saltada		Cuscús amb verdures Ou		Saltejat de verdures Cigrons saltats		Verdura al forn Pizza vegetal casolana	
21	Crema de verdures Espaguetis amb bolonyesa de lleties Formatge ratllat Fruita del temps Pa integral	22	Mongetes saltades al pebre vermell Truita de patata i ceba Enciam i pastanaga logurt ECO natural Pa amb tomàquet	23	Arròs integral amb tomàquet Vedella a la planxa Enciam, poma i sèsam Fruita del temps / Pa integral 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) Gall d'indi a la planxa Tomàquet al forn Fruita del temps Pa integral
Amanida verda amb formatge fresc Ou		Amanida d'arròs Carn blanca		Verdures al forn Ou		Crema de verdures Mongeta blanca saltada		Saltejat de verdures Tacos vegetals	
28	Lleties ECO guisades amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot) Ous durs amb tomàquet Enciam i pastanaga Fruita del temps Pa integral	29	Enciam, taronja, nous i crostons 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 Lleties saltades		Pasta amb verdures i formatge					

Les amanides dels infants d'I3, I4, I5 i 1R 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 Paidós www.paidos.cat

Paidos
Fundesplai