Escola l'Olivera



MENÚ NOVEMBRE – DIETA TOVA

2026-27

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Puré de pastanaga Lluç al forn Poma / Plàtan Pa blanc	**3** Arròs blanc Truita francesa Iogurt ECO natural Pa blanc	**4** Patata bullida Lluç al forn Poma / Plàtan Pa blanc	**5** Cuscús SENSE hortalisses Pollastre a la planxa / forn Poma / Plàtan Pa blanc	**6** Patata bullida Gall d'indi a la planxa / forn Poma / Plàtan Pa blanc
9 Crema de pastanaga (amb ceba i patata) Gall d'indi a la planxa / forn Poma / Plàtan Pa blanc	**10** Pasta blanca Bacallà al forn Poma / Plàtan Pa blanc	**11** Patata bullida Ous durs sense tomàquet Poma / Plàtan Pa blanc	**12** Arròs blanc Vedella a la planxa Poma / Plàtan Pa blanc	**13** Patata bullida Pollastre a la planxa / forn Poma / Plàtan Pa blanc
16 Sopa d'au amb pasta ECO Bacallà al forn Poma / Plàtan Pa blanc	**17** Puré de pastanaga Truita francesa Iogurt ECO natural Pa blanc	**18** Patata bullida Pollastre a la planxa / forn Poma / Plàtan Pa blanc	**19** Arròs blanc Lluç al forn Poma / Plàtan Pa blanc	**20** Pasta blanca Vedella a la planxa Poma / Plàtan Pa blanc
23 Sopa d'au amb pasta Lluç al forn Poma / Plàtan Pa blanc	**24** Arròs blanc Gall d'indi a la planxa / forn Poma / Plàtan Pa blanc	**25** Pasta blanca Vedella a la planxa Poma / Plàtan Pa blanc	**26** Puré de pastanaga Truita francesa Poma / Plàtan Pa blanc	**27** Patata bullida Llom a la planxa Poma / Plàtan Pa blanc
30 Patata bullida Lluç al forn Poma / Plàtan Pa blanc				

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 Paidos www.paidos.cat

Paidos Fundesplai

Menú elaborat per Marisa Cera, dietista col·legiada CAT000326