

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

			1	Sopa de peix amb arròs ECO (sofregit i fumet de peix) Salsitxes de porc al forn amb tomàquet Xips de moniato Fruita del temps Pa sense gluten	2	Purè de pastanaga Crotons de pa NO gluten Lluç al forn amb salsa verda Enciam i germinats Fruita del temps Pa sense gluten
				Verdures al forn Ou		Amanida Coca de verdures sense gluten
5	6	7	8	9	10	11
Sopa d'au amb pasta sense al·lèrgens Salmó al forn amb salsa de verdures (pastanaga i ceba) Amanida d'enciam i magrana Fruita del temps Pa sense gluten	Patates amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Pollastre arrebossat NO gluten / NO ou Amanida d'enciam i blat de moro Iogurt ECO natural Pa sense gluten	Arròs ECO integral amb tomàquet Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps Pa sense gluten amb tomàquet	Crema de carbassa (amb pastanaga, ceba i patata) Crotons de pa NO gluten Sípia amb patates NO pèsols Fruita del temps Pa sense gluten	Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc Pasta sense al·lèrgens amb bolonyesa de vedella Fruita del temps Pa sense gluten		
Amanida de patata Carn blanca	Amanida verda amb formatge fresc Ou	Crema de verdures Peix blau	Mongeta tendra i patata Carn vermella	Verdura al forn Pizza vegetal casolana sense gluten		
12	13	14	15	16	17	18
FESTA	Amanida d'enciams, pastanaga, poma i blat de moro Pasta sense al·lèrgens amb bolonyesa de vedella Formatge ratllat Fruita del temps / Pa sense gluten	Bledes amb patata eco Fricandó de vedella amb xampinyons Fruita del temps Pa sense gluten	Purè de pastanaga Truita de carbassó, patata i ceba Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps Pa sense gluten amb tomàquet	Arròs pilaf ECO Gall d'indi a l'orenga (amb sofregit i xampinyons) Enciam i olives verdes Fruita del temps Pa sense gluten		
	Verdures al forn Peix blanc	Arròs amb verdures Ou	Pasta sense al·lèrgens amb tomàquet Carn blanca	Crema de verdures Tacos vegetals casolans		
19	20	21	22	23	24	25
Amanida d'enciams, pastanaga, blat de moro, olives i formatge fresc Aròs ECO negre amb calamars Lactonesa amb all Fruita del temps Pa sense gluten	Mongeta tendra i patata Gall d'indi a la planxa Amanida d'enciam i blat de moro Iogurt ECO natural Pa sense gluten	Espirals integrals amb salsa de remolatxa, tomàquet i pastanaga Formatge ratllat Truita d'espinacs Amanida d'enciams i poma Fruita del temps / Pa NO gluten amb tomàquet	Crema de carbassa (amb pastanaga, ceba i patata) Crotons de pa NO gluten Bacallà amb tomàquet Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps / Pa sense gluten	Patates amb hortalisses (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Pollastre a l'allet Albergínia arrebossada NO gluten / NO ou Fruita del temps Pa sense gluten		
Sopa de pasta sense al·lèrgens Ou	Pasta sense al·lèrgens amb verdures i formatge	Crema de verdures Peix blau	Amanida de quinoa amb formatge fresc	Verdura al forn Hamburguesa vegetal casolana		
26	27	28	29	30	31	
Purè de pastanaga Truita de patata i ceba Amanida d'enciam i magrana Fruita del temps Pa sense gluten amb tomàquet	Trinxat de col i patata Lluç arrebossat NO gluten / NO ou Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps Pa sense gluten	Arròs ECO integral saltat amb verdures (pastanaga, carbassa, pebrot i xampinyons) Gall d'indi al curri Amanida d'enciams i panses Fruita del temps Pa sense gluten	Amanida d'enciams, tomàquet, pastanaga i verat Pasta sense al·lèrgens a la cassola (sofregit de tomàquet, costella i salsitxes de porc) Fruita del temps Pa sense gluten	FESTA		
Verdures al forn Carn vermella	Saltejat amb patata i verdures Carn blanca	Arròs amb verdures Ou	Crema de verdures Peix blanc			

Les amanides dels infants d'13, 14, 15 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