

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



MENÚ MAIG-DIETA TOVA

6 Arròs blanc
Gall dindi a la planxa
Poma/plàtan

7 Patata bullida
Lluç a la planxa
logurt natural

8 Pasta bullida
Truita a la francesa
Poma/plàtan

9 Patata bullida
Bacallà a la planxa
Poma/plàtan

10 Puré de pastanaga (sense llet)
Bistec de vedella a la planxa
Poma/plàtan

13 Arròs blanc
Calamars a la planxa
Poma/plàtan

14 Puré de pastanaga (sense llet)
Lluç a la planxa
logurt natural

15 Patata bullida
Truita a la francesa
Poma/plàtan

16 Arròs blanc
Gall dindi a la planxa
Poma/plàtan

17 Pasta blanca
Pollastre al forn (sense oli)
Poma/plàtan

20 Patata bullida
Lluç a la planxa
Poma/plàtan

21 Arròs blanc
Truita a la francesa
logurt natural

22 Patata bullida
Llom a la planxa
Poma/plàtan

23 Pasta bullida
Bacallà a la planxa
Poma/plàtan

24 Puré de pastanaga (sense llet)
Gall dindi a la planxa
Poma/plàtan

27 Arròs blanc
Truita a la francesa
Poma/plàtan

28 Patata bullida
Calamars a la planxa
logurt natural

29 Pasta bullida
Pernil cuit
Poma/plàtan

30 Puré de pastanaga (sense llet)
Pollastre al forn (només oli)
Poma/plàtan

29 Arròs blanc
Lluç a la planxa
Poma/plàtan

MILLORES NUTRICIONALS

Productes ecològics: pasta, arròs, cuscús, llegums, oli d'oliva verge, 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 gros català.

Podeu trobar la informació d'al·lèrgens a la web de Paidos www.paidos.cat



Menú elaborat per Marisa Cera, dietista col·legiada CAT000326

2018-19