



MENÚ ABRIL

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
28	29	30	31	1 Amanida d'enciams, olives, cogombre i blat de moro Lasanya de lleties eco(amb sofregit de tomàquet i beixamel d'arròs) Fruita del temps/Pa integrals
4 Crema de pastanaga(amb ceba, patata) Macarrons eco amb bolonyesa vegetal eso(seità i sofregit de tomàquet) Fruita del temps/Pa integral	5 Lleties eco amb hortalisses(ceba, tomàquet, pastanga i pebrot) Trita paisana (patata, ceba., pebrot verd i vermell) Amanida d'enciam i pastanaga logurt eco natural/Pa amb tomàquet	6 Arròs pilaff eco Gall dindi a l'orenga (amb sofregit i xampinyons) Panís de blat de moro Fruita del temps/Pa integral	7 Mongeta tendra i patata Vedella a la jardineria (sofregit, pastanaga, pèsols, xampinyons) Amanida d'enciams i pipes de carbassa Fruita del temps/Pa	8 Sopa d'au amb pasta eco Lluç amb salsa verda Enciam i olives verdes Fruita del temps/Pa integral
<i>Verdura al vapor</i> <i>Peix blau a la planxa</i>	<i>Amanida</i> <i>Pasta amb bolets o formatge</i>	<i>Verdures al forn</i> <i>Ou</i>	<i>Arròs o altres cereals</i> <i>Llegums o seitan/ tofu</i>	<i>Amanida</i> <i>Pizza vegetal casolana</i>
11 FESTA	12 FESTA	13 FESTA	14 FESTA	15 FESTA
18 FESTA	19 Lleties eco amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanga i pebrot) Ous durs amb tomàquet Enciam i olives negres logurt eco natural/Pa	20 Mongeta tendra i patata Bacallà amb tomàquet Amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps/Pa integral	21 Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i cogombre Arròs eco amb pollastre Fruita del temps/Pa	22 Sopa d'au amb pasta eco Llibrets de llonganissa (amb formatge) Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps/Pa
	<i>Pasta amb verdures</i> <i>Paix blau arrebossat</i>	<i>Arròs o altres cereals</i> <i>Formatge</i>	<i>Crema de verdures</i> <i>Calamars o similars</i>	<i>Verdures al vapor o forn</i> <i>Hamburguesa vegetal completa</i>
25 Mongetes saltades al pebre vermell Calamars a l'andalusa Amanida d'enciam i pastanga Fruita del temps/Pa integral	26 Cuscús eco amb hortalisses (pastanaga, carbassó i ceba) Pollastre al forn Amanida d'enciam i cogombre Fruita del temps/Pa	27 Bledes amb patata Lluç al forn Amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps/Pa integral	28 Arròs eco integral amb tomàquet Trita de patata i ceba Enciam i col llombarda Fruita del temps/Pa amb tomàquet	29 Puré de carbassó (amb ceba i patata)//Espaguetis eco amb bolonyesa vegetal eco(soja i sofregit de tomàquet) Amanida d'enciams i poma Fruita del temps/Pa integral
<i>Arròs</i> <i>Ou</i>	<i>Verdura al vapor</i> <i>Nuggets de llegums casolans</i>	<i>Pasta amb verdures</i> <i>Formatge</i>	<i>Llegums amb verdures</i>	<i>Amanida</i> <i>Peix</i>

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