

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



MENÚ MAIG-GLUTEN

6 Amanida d'arròs eco integral (enciam, olives, tomàquet i pastanaga)/ Gall dindi a l'orenga
SENSE GLUTEN
Fruita del temps/ Pa S/GLUTEN

7 Llenties eco amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot)/ Lluç amb salsa marinera
Enciam i pastanaga
Iogurt eco natural
Pa S/GLUTEN

8 Pasta S/GLUTEN a la napolitana
Truita de carbassó, patata i ceba
Enciam i blat de moro
Fruita del temps
Pa S/GLUTEN

2 Bledes amb patata
Pollastre a l'allet
Carbassó arrebossat
SENSE GLUTEN
Fruita del temps
Pa S/GLUTEN

3 Pasta S/GLUTEN amb salsa de remolatxa, tomàquet i pastanaga
Truita d'espínacs ecològics
Enciam i cogombre
Fruita del temps
Pa S/GLUTEN

13 Amanida d'enciams, pastanaga, poma i blat de moro
Arròs negre amb calamars
Fruita del temps
Pa S/GLUTEN

14 Mongetes del Carai amb hortalisses
Filet de lluç arrebossat SENSE GLUTEN/ Enciam i pastanaga
Iogurt eco natural/ Pa S/GLUTEN

15 Bledes amb patata eco
Ous durs amb tomàquet
Enciam i ravenets
Fruita del temps
Pa S/GLUTEN

16 Puré de carbassó
Lassanya de llenties eco
SENSE GLUTEN
Enciam i olives negres
Fruita del temps/ Pa S/GLUTEN

17 Pasta S/GLUTEN amb hortalisses
Pollastre al forn
Xips de remolatxa
Fruita del temps/ Pa S/GLUTEN

20 Amanida de llenties (enciam, tomàquet, cogombre i blat de moro)/Salmó al forn amb salsa de verdures
Fruita del temps/ Pa S/GLUTEN

21 Sopa de peix amb arròs eco
Truita de carbassó, patata i ceba
Enciam i pastanaga
Iogurt eco natural/ Pa S/GLUTEN

22 Puré de llegums
Carn magre de porc arrebossada SENSE GLUTEN
Enciam i cogombre
Fruita del temps/ Pa S/GLUTEN

23 Amanida de pasta S/GLUTEN
Bacallà gratinat amb lactonesa, all i tomàquet
Enciams i sèsam
Fruita del temps/ Pa S/GLUTEN

24 Crema de pastanaga (amb ceba, pastanaga i llet)/ Arròs eco a la cassola (sofregit de tomàquet, conill)/ Enciam i olives negres
Fruita del temps/ Pa S/GLUTEN

27 Arròs eco integral amb tomàquet
Truita d'espínacs ecològics/ Enciam i cogombre
Fruita del temps
Pa S/GLUTEN

28 Mongeta tendra i patata
Calamars a l'andalusa SENSE GLUTEN/ Enciam i pastanaga
Iogurt eco natural
Pa S/GLUTEN

29 Hummus de cigrons amb pastanaga i cogombre/Pasta S/GLUTEN amb bolonyesa de vedella/ Enciams i panses
Fruita del temps/ Pa S/GLUTEN

30 Crema de remolatxa
Salsitxes de pollastre al forn
Carbassó arrebossat
SENSE GLUTEN
Fruita del temps/ Pa S/GLUTEN

29 Amanida d'arròs eco integral i quinoa (enciam, olives, tomàquet i pastanaga)/ Tonyina al forn amb salsa de tomàquet
Fruita del temps/ Pa S/GLUTEN

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.

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

