

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

28

29

30

31

1

Amanida d'enciams, olives, cogombre i blat de moro  
Lasanya de lleties sense gluten  
Fruita del temps/Pa sense gluten

4

Crema de pastanaga (amb ceba, patata)  
Pasta sense gluten amb bolonyesa de vedella  
Fruita del temps/Pa sense gluten

5

Lenties eco amb hortalisses(ceba, tomàquet, pastanga i pebrot)  
Truita paisana (patata, ceba, pebrot verd i vermell)  
Amanida d'enciam i pastanaga  
logurt eco natural/Pa sense gluten

6

Arròs pilaff eco  
Gall dindi a l'orenga (amb sofregit i xampinyons)  
Panís de blat de moro  
Fruita del temps/Pa sense gluten

7

Mongeta tendra i patata  
Vedella a la jardinera (sofregit, pastanaga, pèsols, xampinyons)  
Amanida d'enciams i pipes de carbassa  
Fruita del temps/Pa sense gluten

8

Sopa d'au amb pasta sense gluten  
Lluç amb salsa verda  
Enciam i olives verdes  
Fruita del temps/Pa sense gluten

11

FESTA

12

FESTA

13

FESTA

14

FESTA

15

FESTA

18

FESTA

19

Lenties eco amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanga i pebrot)  
Ous durs amb tomàquet  
Enciam i olives negres  
logurt eco natural/Pa sense gluten

20

Mongeta tendra i patata  
Bacallà amb tomàquet  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita del temps/Pa sense gluten

21

Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i cogombre  
Arròs eco amb pollastre  
Fruita del temps/Pa sense gluten

22

Sopa d'au amb pasta sense gluten  
Llibret sense gluten  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita del temps/Pa sense gluten

25

Mongetes saltades al pebre vermell  
Calamars sense gluten  
Amanida d'enciam i pastanga  
Fruita del temps/Pa sense gluten

26

Pasta sense gluten amb hortalisses  
Pollastre al forn  
Amanida d'enciam i cogombre  
Fruita del temps/Pa sense gluten

27

Bledes amb patata  
Lluç a la planxa  
Amanida d'enciam i blat de moro  
Fruita del temps/Pa sense gluten

28

Arròs eco integral amb tomàquet  
Truita de patata i ceba  
Enciam i col llombarda  
Fruita del temps/Pa sense gluten

29

Puré de carbassó (amb ceba i patata)  
Pasta sense gluten amb bolonyesa vegetal  
Amanida d'enciams i poma  
Fruita del temps/Pa sense gluten

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.

Podem trobar la informació d'al·lèrgens a la web de Paidos [www.paidos.cat](http://www.paidos.cat)