



# MENÚ CASAL ABRIL

## DILLUNS

**11** Llenties eco amb hortalisses (ceba, tomàquet, pastanaga i pebrot)  
Trita de patata i ceba  
Amanida d'enciam i pastanaga  
Fruita del temps/Pa integral

*Verdures al vapor  
Peix blau al forn*

## DIMARTS

**12** Arròs eco amb tomàquet  
Filet de lluç a la romana  
Enciam i olives verdes  
Fruita del temps/Pa

*Amanida  
Llegums*

## DIMECRES

**13** Sopa d'au amb pasta eco  
Pollastre al forn  
Patates fregides  
Fruita del temps/Pa integral

*Verdures al forn  
Ou*

## DIJOUS

**14** Borifarrada popular  
Pa amb tomàquet  
Fruita del temps

*Pasta amb verdures  
Formatge*

## DIVENDRES

**15** FESTA

### 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](http://www.paidos.cat)