


ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><i>La veu dels infants i joves a l'Espai Migdia</i></p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>És un plaer estar envoltats d'infants i joves i viure, en directe, les seves experiències.</p> <p>Compartim amb vosaltres una mostra d'allò que escoltem a l'Espai Migdia de l'escola a través de diferents projectes que ens permeten connectar-hi i interactuar-hi.</p> <p>Per què el iogurt és sense sucre?</p> <p>Per què el pa és integral?</p> <p>Per què hem de netejar quan acabem de dinar?</p> <p>Per què els alumnes de dietes sempre entren primer al menjador?</p> <p>Quants quilos d'espaguetis compreu?</p> <p>Per a quantes persones feu menjar cada dia?</p> <p>Com a casa</p> 	<p>1</p> <p>Macarrons italiana</p> <p>Croquetes d'espínacs amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2</p> <p>Macarrons italiana</p> <p>Croquetes d'espínacs amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>3</p> <p>Mongeta i patata bullida</p> <p>Lluç a la llimona amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>4</p> <p>Paella de verdures</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i raves</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>5</p> <p>Crema de mongetes seques i pastanaga</p> <p>Llenguadina romana amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>8</p> <p>Verdura tricolor</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9</p> <p>Crema de porro i nap</p> <p>Falafels amb salsa a la jardineria</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>10</p> <p>Mongetes seques amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de patata i carbassa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>11</p> <p>Tallarines amb oli d'alfàbrega fresca</p> <p>Lluç al forn amb all i julivert, enciam i tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12</p> <p>Sopa pescadors</p> <p>Truita a la francesa enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>15</p> <p>Espaguetis amb pesto d'espínacs</p> <p>Truita a la francesa amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>16</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Maires fresques a l'andalusa amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>17</p> <p>Trinxat de col</p> <p>Lluç a la planxa daus poma i enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18</p> <p>Arròs amb xampinyons, ceba i pastanaga</p> <p>Truita de carbassó i patata amb enciam i raves</p> <p>logurt natural</p>	<p>19</p> <p>Mongeta i patata bullida</p> <p>Fideuada de peix fresc</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>22</p> <p>Crema de pastanaga</p> <p>Estofat de llegum amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>23 Celebració St.Jordi</p> <p>Sopa vegetal de lletres</p> <p>Bacallà arrebossat amb xips</p> <p>Crema La Fageda</p>	<p>24</p> <p>Llenties estofades</p> <p>Llenguadina milanesa amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25</p> <p>Bròquil, carbassa i patata bullida</p> <p>Pizza de bolonyesa vegetal amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita paisana amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>29</p> <p>Espirals a la napolitana</p> <p>Truita de patata amb enciam i raves</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30</p> <p>Arròs 3 verdures</p> <p>Delícies de lluç amb enciam i cogombre</p> <p>Fruita de temporada</p>			

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

Benvolgudes famílies,

Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària on prima una dieta equilibrada. Els nostres plats conserven el nom gastronòmic corresponent perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura.

Destaquem que tots els nostres plats són elaborats sobre les bases de la cuina tradicional catalana i mediterrània. Tenim el segell Marca **Cuina Catalana**.

Els nostres Caps de Cuina, cuiners i cuineres, fan processos d'aprenentatge a fi d'aconseguir traslladar a la cuina de col·lectivitats tota la cultura gastronòmica de la cuina tradicional. Realitzem tallers de cuina per treballar noves receptes i millorar-ne d'altres.

D'acord amb el nostre compromís amb l'RSC, un dels nostres eixos de treball és millorar la salut de les persones. Cada temporada revisem les nostres propostes de menús per introduir de manera progressiva, i d'acord amb l'escola, les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de la Generalitat (ASPCAT).



C!
CUINA CATALANA

MÉS



Fruites



Hortalisses



Llegums



Fruita seca



Activitat física i social

CANVIEU A



Aigua



Aliments integrals



Oli d'oliva



Aliments de temporada i proximitat

MENYS



Sal



Sucre



Carn vermella i processada



Aliments ultraprocessats