


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>	1	2	3	4	5
	8	9	10	11	12
Per què el iogurt és sense sucre?					
Per què el pa és integral?					
Per què hem de netejar quan acabem de dinar?					
Per què els alumnes de dietes sempre entren primer al menjador?					
Quants quilos d'espaguetis compreu?					
Per a quantes persones feu menjar cada dia?					
Com a casa					
	22	23	24	25	26
	29	30			

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. (\*)Tota la verdura/fruïta crua SEMPRE es rentarà bé i després es pelarà.

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**