



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
<p><i>Benvinguts, benvingudes,</i></p> <p>Preparats i amb il·lusió, donem la benvinguda als vostres fills i filles a l'Espai Migdia de l'escola.</p> <p>Contents de retrobar-nos, encarem el curs posant, com sempre, la mirada en els infants i joves de l'escola, amb la voluntat de contribuir a millorar el nostre entorn i la salut de les persones.</p> <p>Aquest curs, volem remarcar que:</p> <p>Seguirem treballant per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat.</p> <p>Seguirem impulsant la formació dels nostres equips mitjançant el Rocaforma't: hem treballat de valent per dissenyar un programa de formació molt enriquidor i pràctic.</p> <p>Continuarem participant en el Projecte MEMSS, (Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles,) i en totes aquelles iniciatives que promoguin menjadors escolars més saludables i sostenibles.</p> <p>Us convidem a continuar treballant plegats en aquesta línia.</p>	<p>9 MENÚ DE BENVINGUDA</p> <p>Macarrons (p.ref.) amb oli d'alfàbrega fresca</p> <p>Delícies de lluç (s/al·lèrg.) amb enciam</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>10</p> <p>Mongeta i patata bullida</p> <p>Gall dindi al forn amb patates fregides</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	<p>11</p> <p>Festa</p>	<p>12</p> <p>Arròs amb oli d'oliva</p> <p>Llom a la planxa amb enciam i olives</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>13</p> <p>Amanida d'estiu (s/tonyina-tom.)</p> <p>Pollastre arrebossat amb enciam i raves</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	
	<p>16</p> <p>Arròs amb oli d'oliva</p> <p>Truita patata (s/ceba) amb cogombre</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>17</p> <p>Crema de verdures tolerades</p> <p>Escalopa de llom amb enciams variats</p> <p>logurt natural sense sucre</p>		<p>18</p> <p>Tallarines amb pesto d'alfàbrega (s/all)</p> <p>Pollastre a la llimona amb enciams variats</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>19</p> <p>Crema a la parmentier (s/ceba)</p> <p>Llenguadina a la milanesa amb enciams variats</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>20</p> <p>Mongeta i patata bullida</p> <p>Macarrons (p.ref.) amb oli, alfàbrega i carn d'au</p> <p>logurt natural sense sucre</p>
	<p>23</p> <p>Crema de bròquil (s/ceba)</p> <p>Gall dindi al forn amb patata a caliu</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	<p>24</p> <p>Festa</p>		<p>25</p> <p>Arròs amb oli d'oliva</p> <p>Llenguadina a l'andalusa amb enciam i olives</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>26</p> <p>Amanida de patata, mongeta, ou dur, olives i oli</p> <p>Pollastre al forn amb enciams variats</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	<p>27</p> <p>Amanida de llacets (s/tom.)</p> <p>Llom a la planxa amb enciams variats</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>
<p>30</p> <p>Arròs amb oli d'oliva</p> <p>Pollastre a la planxa amb olives</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>						



**Bon curs per a totes i tots!
Endavant!**

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