



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>9</p> <p>Vichyssoise</p> <p>Truita de carbassó amb tomàquet persillé</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>10</p> <p>Cuscús amb verdures</p> <p>Rap al forn amb ceba pebrot</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11</p> <p>Festa</p>	<p>12</p> <p>Escalivada amb llit de patata</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb enciams variats</p> <p>logurt natural</p>	<p>13</p> <p>Espirals saltats amb verdures</p> <p>Sardines al forn tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>16</p> <p>Salmorejo</p> <p>Aletes de pollastre adobades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>17</p> <p>Empedrat de mongetes</p> <p>Sípia a la planxa amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>		<p>18</p> <p>Graellada de verdures</p> <p>Hamburguesa d'arròs i lleties amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19</p> <p>Amanida d'arròs</p> <p>Ous durs amb salsa tomàquet i patata panadera</p> <p>Fruita de temporada</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>23</p> <p>Torrada amb tomàquet, formatge tendre i orenga</p> <p>Truita a la francesa amb enciams variats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>24</p> <p>Festa</p>	<p>25</p> <p>Sopa de meló amb menta</p> <p>Pernilets a forn amb daus de patata</p> <p>logurt natural</p>	<p>26</p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga</p> <p>Mandonguilles de lleties amb samfaina</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27</p> <p>Gaspatxo amb rostes de pa</p> <p>Llenguadina a l'andalusa amb enciam i cogombre</p> <p>Fruita de temporada</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>30</p> <p>Amanida d'espivals</p> <p>Salmó a la taronja amb daus de carbassó</p> <p>Fruita de temporada</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