



DESEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
<p>La Salut, un eix de treball.</p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>L'any 1946, l'O.M.S. va definir la salut com l'estat de complet benestar físic, mental i social.</p> <p>La salut és una necessitat íntimament lligada al dret fonamental de tot ésser humà a la vida.</p> <p>Des d'una visió àmplia del concepte, la salut com a benestar és inherent a una forma o estil de vida saludable.</p> <p>Des d'una visió àmplia del concepte, la salut com a benestar és inherent a una forma o estil de vida saludable.</p> <p>L'objectiu de l'educació per a la salut és provocar processos d'aprenentatge que ajudin a millorar els estils de vida.</p> <p>Conjuntament amb l'escola, els equips de cuina i de monitoratge treballem considerant la salut com a eix essencial de l'espai migdia.</p> <p>Volem contribuir a la millora de la salut dels infants, joves i adults de l'escola des d'aquest punt de vista més ampli i global.</p> <p>El menú de l'escola és un reflex de l'evolució que s'ha produït en l'àmbit alimentari i de salut i una gran oportunitat per a promoure hàbits saludables i sostenibles.</p> <p>"La salut es crea en el context de la vida quotidiana".</p>	<p>2</p> <p>Sopa vegetal de lletres</p> <p>Hamburguesa vegetal amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>3</p> <p>Coliflor i patata bullida</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>4</p> <p>Trinxat de col amb oli d'alls</p> <p>Llenguadina romana amb pastanaga i olives negres</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>5 Celebració Dia Immaculada</p> <p>Arròs napolitana</p> <p>Falafels amb s.iogurt, patates fregides</p> <p>Refresc i Crema de xocolata</p>	<p>6</p> <p>Festa</p>	
	<p>9</p> <p>Tallarines amb oli d'alfàbrega</p> <p>Lluç al forn amb all i julivert, enciam i tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>10</p> <p>Sopa pescadors</p> <p>Hamburguesa vegetal amb herb. prov., enciam i pastga.</p> <p>logurt natural</p>	<p>11</p> <p>Mongeta i patata bullida</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12</p> <p>Crema de porro i moniato</p> <p>Mandonguilles vegetals a la jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>		<p>13</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i carbassa amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>16</p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Estofat de llegum amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>17</p> <p>Arròs tres delícies de verdures</p> <p>Croquetes de bacallà amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18</p> <p>Mongetes seques amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de carbassó i patata amb enciam i raves</p> <p>logurt natural</p>	<p>19 DINAR DE NADAL</p> <p>Sopa vegetal de galets</p> <p>Hamburguesa vegetal amb xips</p> <p>Fruita de temporada i torró</p>		<p>20 No servei menjador</p>
<h1>Bones vacances</h1>						



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