



FEBRER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><i>Novetats Febrer</i></p> <p>Benvolgedes i benvolguets,</p> <p>Ens fa molta il·lusió anunciar-vos que properament signarem un conveni de col·laboració amb l'Associació contra el Càncer a Barcelona.</p>	<p>3 Arròs amb oli d'oliva</p> <p>Delicïes de lluç (s/al·lèrg.) amb enciam</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>4 D.Mundial contra el Càncer Bròquil i patata bullida</p> <p>Truita de patata (s/ceba) amb enciam i raves</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	<p>5 Espaguetis (p.ref.) amb pesto d'espinaçs (s/all)</p> <p>Pollastre al forn amb enciam</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>6 Crema de coliflor (s/ceba)</p> <p>Llom a la planxa amb enciam</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	<p>7</p> <p style="font-size: 2em; text-align: center;">Festa</p>
<p>L'acord ens permetrà desenvolupar projectes conjunts per promoure l'adopció d'hàbits de vida saludable tant en el marc escolar com en la vida quotidiana. Inaugurem aquesta col·laboració recordant que el dia 4 de febrer, és el dia mundial contra el càncer i ho reflectim al menú d'aquest mes amb una proposta especialment saludable.</p>	<p>10 D.Mundial dels Llegums Mongeta i patata bullida</p> <p>Truita a la francesa amb arròs blanc</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	<p>11 Crema parmentier (s/ceba)</p> <p>Llom a la planxa amb xampinyons saltats</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>12 Sopa vegetal d'arròs</p> <p>Pollastre al forn amb enciam</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>13 Crema de bròquil (s/ceba)</p> <p>Truita de patata (s/ceba-carbs.), amb enciam i olives</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	<p>14 Tallarines amb oli d'alfàbrega</p> <p>Lluç al forn (s/al·lèrg.) amb enciam</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>
<p>Estem convençudes que aquesta col·laboració sumarà esforços i ens ajudarà a seguir treballant en la difusió del que és una alimentació saludable, que forma part de la nostra raó de ser, i incorporem el ferm compromís de difondre de la mà de l'Associació les seves campanyes i activitats que tinguin com a fi prevenir el càncer.</p>	<p>17 Sopa d'arròs</p> <p>Llom a la planxa amb enciams variats</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>18 Bròquil i patata bullida</p> <p>Pizza de verd.tol. i formatge (s/tom.) amb enciam</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	<p>19 Crema de coliflor (s/ceba)</p> <p>Maires fresques a l'andalusa amb xips</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	<p>20 Macarrons (p.ref.) amb oli d'oliva</p> <p>Pollastre al forn amb enciam</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>21 Daus de patata amb oli d'oliva</p> <p>Truita a la francesa amb enciam i olives</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>
<p>El mes de febrer té més dies assenyalats com el dia 10, dia mundial dels llegums que se celebra amb l'objectiu de continuar conscienciant la població sobre els beneficis nutricionals del consum de llegums i sobre la seva contribució als sistemes alimentaris sostenibles. Recomanem el consum de llegums, i treballem diàriament, per potenciar la seva presència i oferir menús més saludables i sostenibles.</p>	<p>24 Coliflor i patata bullida</p> <p>Lluç a la planxa amb arròs blanc</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	<p>25 Crema de bròquil (s/ceba)</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i cogombre</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	<p>26 Mongeta i patata bullida</p> <p>Macarrons amb oli, alfàbrega i carn de porc</p> <p>logurt natural sense sucre</p>	<p>27 DIJOUS GRAS Arròs amb oli d'oliva</p> <p>Truita a la francesa amb enciam</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>	<p>28 Escudella (s/llegum)</p> <p>Gallineta a la romana amb enciam i olives negres</p> <p>Fruita tolerada (taronja/mandarina/kiwi)</p>
<p>Estem realment molt contentes d'iniciar aquesta col·laboració i desitgem que en puguem gaudir t@ts plegats.</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