



MAIG	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Menús de temporada i atenció a la diversitat</i> Benvolgudes i benvolguts, Amb el mes de maig iniciem la temporada primavera-estiu. Segons la guia <i>L'alimentació saludable en l'etapa escolar</i> és recomanable que les programacions de menús constin d'un mínim de quatre setmanes (un mes), que es poden anar repetint, tenint present: L'adaptació dels aliments a la temporada. El tipus de preparacions en funció de l'època de l'any, més fredes o més calentes. A més a més de la programació, en l'elaboració de menús també tenim molt present l'atenció a la diversitat alimentària. El nostre objectiu és vetllar, en tot moment, per la seguretat dels infants i joves que necessiten una atenció alimentària específica: al·lèrgies, intoleràncies, dietes per motius religiosos i altres situacions mèdiques que ho requereixin. Durant aquest mes destaquem que: El 8 de maig celebrem el Dia del recapte de l'AECC. El 16 de maig és el Dia Internacional de la Celiàquia. A l'escola ho celebrarem amb un menú sense gluten per a tothom per a sumar-nos a la campanya de sensibilització de l'Associació de Celíacs de Catalunya.				1	2
				Festa	
	5 Arròs amb salsa de tomàquet	6 Mongeta i patata bullida	7 Cigrons amb ou dur i oli d'oliva	8 Dia del recapte AECC Amanida de llacets tricolor	9 Crema de pastanaga
	Croquetes de pollastre amb enciam i raves Fruita de temporada	Pizza tomàquet, formatge, olives i alfàb., enciam i b.moro logurt natural	Lluç al forn amb salsa verda i arròs pilaf Fruita de temporada	Truita patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	Estofat de porc amb verdures Fruita de temporada
	12 Llenties estofades	13 Arròs saltat amb carbassó	14 Crema de porro i nap	15 Espaguetis al pesto	16 Menú sense gluten Amanida d'estiu
	Daus de gall dindi marinats amb patates fregides Fruita de temporada	Truita paisana amb enciam i olives Fruita de temporada	Botifarra a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	Peix fresc S/M a l'andalusa amb enciam i pastanaga logurt natural	Pollastre a la llimona amb enciam i cogombre Fruita de temporada
	19 Tallarines amb tomàquet, alfàbrega i olives negres	20 Cigrons guisats	21 Verdura tricolor amb oli de porro	22 Amanida d'arròs	23 Crema de carbassó
	Delícies de lluç amb enciam i cogombre Fruita de temporada	Pollastre rostit amb herbes provençals, enciam i olives logurt natural	Macarrons amb bolonyesa vegetal Fruita de temporada	Ous durs amb salsa de tomàquet i daus de patata Fruita de temporada	Escalopa de llom amb enciam i raves Fruita de temporada
	26 Amanida casolana de patata	27 Arròs a la napolitana	28 Dia de la Nutrició Crema de carbassa	29 Amanida de llenties	30 Macarrons amb salsa de formatge
	Pollastre a l'allet amb enciam i olives Fruita de temporada	Llenguadina a la milanesa amb enciam i cogombre Fruita de temporada	Estofat de gall dindi amb verdures Fruita de temporada	Hamburguesa mixta a la planxa amb xips logurt natural	Truita carbassó amb enciam i tomàquet Fruita de temporada

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