

SETEMBRE

Benvinguts, benvingudes,

Preparats i amb il·lusió, donem la benvinguda als vostres fills i filles a l'Espai Migdia de l'escola.

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.**

Aquest curs, seguim posant el focus en la **CURA** de les persones, i remarcuem que:

Seguirem impulsant la formació dels nostres equips mitjançant el **Rocaforma't, un programa de formació molt enriquidor i pràctic.** Destaquem que ens endinsarem en l'**enfocament restauratiu global** que se centra a cuidar les persones i les relacions.

Continuarem treballant per a **minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat**, vetllant per la **qualitat** i la **proximitat** en tots els àmbits.

Seguirem **acompanyant i escoltant** els infants i joves amb l'objectiu que **participin i gaudeixin** de l'Espai Migdia.

Us convidem a continuar treballant plegats en aquesta línia.

Bon curs per a totes i tots!



DILLUNS

8 MENÚ DE BENVINGUDA

Arròs amb salsa de tomàquet

Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.), enciam i olives

Fruita de temporada

15
Amanida de llenties

Gall dindi al forn amb patates fregides

Fruita de temporada

22
Crema de carbassó

Pizza de pernil dolç amb enciam i raves

Fruita de temporada

29
Amanida casolana de patata (s/ou-maionesa)

Pollastre forn amb daus de poma

Fruita de temporada

DIMARTS

9
Llenties estofades

Llenguadina andalusa (s/al·lèrg.), enciam i tomàquet
logurt natural

16
Espaguetis italiana (s/form.)

Llenguadina al forn amb enciam i olives

Fruita de temporada

23
Cigrans guisats

Pollastre rostit amb orenga fresca, enciam i olives

Fruita de temporada

30
Arròs a la napolitana

Llenguadina milanesa (s/al·lèrg.), enciam i cogombre

Fruita de temporada

DIMECRES

10
Mongeta i patata bullida

Hamburguesa mixta planxa amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada

17
Crema de mongetes seques i pastanaga

Lluç arrebossat (s/al·lèrg.), daus tom. i orenga fresca

Fruita de temporada

24
Festa

DIJOUS

11
Festa

18
Arròs tres delícies de verdures

Botifarra a la planxa amb enciam i cogombre
logurt natural

25
Amanida d'arròs amb vinagreta de poma
Llom a la planxa amb enciam i remolatxa
Fruita de temporada

DIVENDRES

12
Amanida de pasta (s/ou)

Lluç a la planxa amb enciam i cogombre
Fruita de temporada

19
Amanida d'estiu (s/ou)

Pollastre a la llimona amb enciam i blat de moro
Fruita de temporada

26
Tallarines amb pesto d'alfàbrega (s/form.ratll.)
Lluç a l'andalusa (s/al·lèrg.), enciam i cogombre
logurt natural

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**