

SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>Benvinguts, benvingudes,</i> 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! 	8 MENÚ DE BENVINGUDA Arròs amb salsa de tomàquet Pollastre arrebossat amb enciam i olives Fruita de temporada	9 Lenties estofades Llenguadina a l'andalusa amb enciam i tomàquet logurt natural	10 Mongeta i patata bullida Hamburguesa mixta planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	11 Festa	12 Macarrons amb salsa napolitana Truita patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada
	15 Lenties amb arròs Daus de gall dindi marinats amb patates fregides Fruita de temporada	16 Espaguetis italiana Truita de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	17 Bròquil i patata bullida Pollastre a la llimona amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	18 Arròs tres delícies Botifarra a la planxa amb enciam i cogombre logurt natural	19 Crema de mongetes seques i pastanaga Lluç arrebossat amb daus de tomàquet i orenga Fruita de temporada
	22 Crema de carbassó Pizza de pernil dolç amb enciam i raves Fruita de temporada	23 Cigrans guisats Pollastre rostit amb herbes provençals, enciam i olives Fruita de temporada	24 Festa	25 Arròs amb salsa de verdures Truita de patata amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	26 Tallarines amb pesto d'alfàbrega Lluç a l'andalusa amb enciam i cogombre logurt natural
	29 Mongeta i patata bullida Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	30 Arròs a la napolitana Llenguadina a la milanesa amb enciam i cogombre 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