

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 amb enciam i olives

Fruita de temporada

15

Amanida de llenties

Daus de gall dindi marinats 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

Pollastre al curri amb daus de poma

Fruita de temporada

DIMARTS

9

Llenties estofades

Llenguadina a l'andalusa amb enciam i tomàquet

logurt natural

16

Espaguetis italiana

Truita de carbassó amb enciam i olives

Fruita de temporada

23

Cigrons guisats

Pollastre rostit amb herbes provençals, enciam i olives

Fruita de temporada

30

Arròs a la napolitana

Llenguadina a la milanesa amb 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 amb daus de tomàquet i orenga

Fruita de temporada

24

Festa

DIJOUS

11

Festa

18

Arròs tres delícies

Botifarra a la planxa amb enciam i cogombre

logurt natural

25

Amanida d'arròs amb vinagreta de poma

Truita de patata amb enciam i remolatxa

Fruita de temporada

DIVENDRES

12

Amanida de llacets

Truita patata i ceba amb enciam i cogombre

Fruita de temporada

19

Amanida d'estiu

Pollastre a la llimona amb enciam i blat de moro

Fruita de temporada

26

Tallarines amb pesto d'alfàbrega

Bunyols de bacallà amb 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