

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 (s/g)

Gall dindi al forn amb patates fregides
Fruita de temporada

22 Crema de carbassó

Pizza (s/g) de pernil dolç, enciam i raves
Fruita de temporada

29 Amanida casolana de patata

Pollastre forn amb daus de poma
Fruita de temporada

DIMARTS

9 Llenties (s/g) estofades

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

16 Espaguetis (s/g) italiana

Truita de carbassó 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

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 pasta (s/g)

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 Pasta (s/g) amb pesto d'alfàbrega

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