

MAIG

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Educar també és escoltar

Educar també vol dir escoltar. Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten. En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima. Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.

					<h1>Festa</h1>
4 Crepes d'espinaacs amb formatge i pinyons Ous al plat amb tomàquet amanit logurt natural	5 Amanida d'espirlas Llenguado al forn amb pebrot escalivat Fruita de temporada	6 Minestra de verdures Pernilets de pollastre al forn amb amanida Fruita de temporada	7 Crema de carbassó Hamburguesa de llegum i arròs, pastanaga i olives Fruita de temporada	8 Arròs amb api, porro i pastanaga Maires fresques al forn amb amanida Fruita de temporada	
11 Mongeta i patata bullida Brotxeta de pollastre amb amanida Fruita de temporada	12 Crema de verdures Rap amb pèsols i patata amb amanida logurt natural	13 Tabulé Mandonguilles vegetals amb s.verdures i amanida Fruita de temporada	14 Hummus de cigró amb crudités de verdures Sonsos a l'andalusa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	15 Coca de pebrot escalivat Trita de carbassó i amanida Fruita de temporada	
18 Patates farcides amb verdures Lluç al forn amb ceba caramel·litzada i amanida logurt natural	19 Vichyssoise Contraçuixa de pollastre al forn amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	20 Amanida de pasta grega Seitons a l'andalusa amb carbassó a la planxa Fruita de temporada	21 Arròs a la milanesa Remenat d'ou amb verdures i amanida Fruita de temporada	22 Pèsols saltats amb ceba Gall dindi al forn amb patata i ceba	
<h1>Festa</h1>	26	27 Tirabecs saltejats amb ceba Lluç al forn sobre llit de patata i tomàquet Fruita de temporada	28 Amanida de pasta integral Daus de gall dindi marinats amb verdures Fruita de temporada	29 Albergínia farcida amb verdures Pizza casolana amb amanida 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