



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Macarrons a la napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam
Fruita de temporada

9
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam
Fruita de temporada

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Estofat de carn de porc
Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all
Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum
Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al curri amb daus de carbassa
Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada de peix fresc
Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Trita paisana amb amanida del temps
Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques
Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Pollastre al forn amb patates fregides
Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida
Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera
Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre rostit amb daus de pastanaga
Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties estofades amb arròs i toc de comí
Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps
iogurt ecològic

12

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera
iogurt ecològic

26
Cigrans guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llom al forn amb salsa de poma
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de bolonyesa vegetal amb formatge
Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps
iogurt ecològic

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Macarrons a la napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam
Fruita de temporada

9
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet
Remenat d'ou (ou ben cuit) amb s.tomàquet i enciam
Fruita de temporada

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus
Estofat de carn de porc
Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta
Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all
Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert
Arròs a la cassola amb verdures i llegum
Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al curri amb daus de carbassa
Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma
Fideuada de peix fresc
Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes seques amb torrades
Trita paisana(ou ben cuit) amb amanida
Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa
Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques
Fruita de temporada

31
Sopa de galets
Pollastre al forn amb patates fregides
Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.
Lluç al forn amb saltat de porro i amanida
Fruita de temporada

11
Crema de carbassó
Mandonguilles de vedella a la jardinera
Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot
Pollastre rostit amb daus de pastanaga
Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert
Llenties estofades amb arròs i toc de comí
Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot
Trita de patata (ou ben cuit) amb amanida
iogurt ecològic

12

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa
Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera
iogurt ecològic

26
Cigrans guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros
Llom al forn amb salsa de poma
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament
Pizza de bolonyesa vegetal amb formatge
Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana
Trita de bolets (ou ben cuit) amb amanida
iogurt ecològic

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Amanida de llegum

Macarrons a la napolitana

Fruita de temporada

9
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Pollastre a la planxa i amanida del temps

Fruita de temporada

16
Cuscús (s/ou) amb verdures de temporada a daus

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all

Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum

Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al forn amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada de peix fresc

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes amb torrades (s/al·lèrg.)

Gall de St.Pere planxa i amanida del temps

Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques

Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Pollastre al forn amb patates fregides

Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre rostit amb daus de pastanaga

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot

Gall dindi a la planxa amb amanida del temps

logurt ecològic

12

Festa

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera

logurt ecològic

26
Cigrons guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llom al forn amb salsa de poma

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de verdures (s/al·lèrg.)

Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Truita de farina de cigró amb bolets i amanida

logurt ecològic

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Macarrons a la napolitana

Falafels amb enciam (s/iogurt)

Fruita de temporada

9
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all

Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum

Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al curri amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada de peix fresc

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes amb torrades (s/al·lèrg.)

Trita paisana amb amanida del temps

Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques

Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Pollastre al forn amb patates fregides

Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre rostit amb daus de pastanaga

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps

Iogurt de soja

12

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera
Iogurt de soja

26
Cigrons guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llom al forn amb salsa de poma

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de bolonyesa vegetal (s/formatge)

Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps

Iogurt de soja

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Amanida de llegum

Macarrons a la napolitana

Fruita de temporada

9
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

16
Cuscús amb verdures de temporada (s/al·lèrg.)

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus pastanaga i oli d'all

Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum

Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al forn amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada de peix fresc

Fruita de temporada

17
Hummus (s/al·lèrg.) amb torrades (s/al·lèrg.)

Trita paisana amb amanida del temps

Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques

Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Pollastre al forn amb patates fregides

Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre rostit amb daus de pastanaga

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps

logurt ecològic

12

Festa

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera

logurt ecològic

26
Cigrans guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llom al forn amb salsa de poma

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de verdures (s/al·lèrg.)

Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps

logurt ecològic

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Amanida de llegum (s/g)

Macarrons (s/g) a la napolitana

Fruita de temporada

9
Saltat de llenties (s/g), arròs int., ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

16
Pasta (s/g) amb verdures de temporada

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all

Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum(s/g)

Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al forn amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada(s/g) de peix fresc

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes (s/g) amb torrades (s/g)

Trita paisana amb amanida del temps

Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes (s/g)

Fruita de temporada

31
Sopa de pasta (s/g)

Pollastre al forn amb patates fregides

Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella (s/g) a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre rostit amb daus de pastanaga

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties (s/g) estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes (s/g) i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps

Fruita de temporada

12

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa (s/g) amb amanida i vinag.

Fruita de temporada

26
Cigrons (s/g) guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llom al forn amb salsa de poma

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de verdures (s/al·lèrg.)

Fruita de temporada

27
Espaguetis (s/g) italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps

Fruita de temporada

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Macarrons a la napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam

Fruita de temporada

9
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Estofat de carn de vedella (halal)

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all

Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum

Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre (halal) al curri amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada de peix fresc

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Trita paisana amb amanida del temps

Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella (halal) amb mongetes seques

Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Pollastre (halal) al forn amb patates fregides

Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella (halal) a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre (halal) rostit amb daus de pastanaga

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps

Iogurt ecològic

12

Festa

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera

Iogurt ecològic

26
Cigrons guisats

Pollastre (halal) amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llenguadina a la planxa amb salsa de poma

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de bolonyesa vegetal amb formatge

Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps

Iogurt ecològic

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Macarrons a la napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam
Fruita de temporada

9
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Trita de farina de cigró amb s. tomàquet i enciam
Fruita de temporada

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Estofat de verdures i llegum
Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Hamburguesa de llegum amb pastanaga i oli d'alls
Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum
Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Trita de farina de cigró amb daus de carbassa
Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada de verdures i llegum
Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Trita de farina de cigró amb amanida del temps
Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Saltat de mongetes seques amb verdures
Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Falafels amb patates fregides
Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Amanida de llenties

Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.
Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Hamburguesa de llegum amb salsa a la jardineria
Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Hamburguesa de llegum amb daus de pastanaga
Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties estofades amb arròs i toc de comí
Fruita de temporada

DIJOUS

5
Amanida de l'hort i vinagreta de pebrot

Mongetes seques saltades amb verdures
iogurt ecològic

12

19
Amanida de llenties i vinagreta de pera

Arròs integral amb salsa de remolatxa
iogurt ecològic

26
Amanida de l'hort

Cigrons guisats
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Cigrons sortits de l'olla amb salsa de poma
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de bolonyesa vegetal amb formatge
Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Trita de farina de cigró amb bolets i amanida
iogurt ecològic

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Macarrons a la napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam

Fruita de temporada

9
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Estofat de verdures i llegum

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Remenat d'ou amb daus de pastanaga i oli d'alls

Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum

Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Remenat d'ou amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada de verdures i llegum

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Trita paisana amb amanida del temps

Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Saltat de mongetes seques amb verdures

Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Falafels amb patates fregides

Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Amanida de llenties

Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Hamburguesa de llegum amb salsa a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Hamburguesa de cigrons amb daus de pastanaga

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps

Iogurt ecològic

12

19
Amanida de llenties i vinagreta de pera

Arròs integral amb salsa de remolatxa

Iogurt ecològic

26
Amanida de l'hort

Cigrons guisats

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Cigrons sortits de l'olla amb salsa de poma

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de bolonyesa vegetal amb formatge

Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps

Iogurt ecològic

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Macarrons a la napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam

Fruita de temporada

9
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Estofat de verdures i llegum

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all

Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum

Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Remenat d'ou amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada de peix fresc

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Trita paisana amb amanida del temps

Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Saltat de mongetes seques amb verdures

Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Falafels amb patates fregides

Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Hamburguesa de llegum amb salsa a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Hamburguesa de cigrons amb daus de pastanaga

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps

Iogurt ecològic

12

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera

Iogurt ecològic

26
Amanida de l'hort

Cigrons guisats

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Cigrons sortits de l'olla amb salsa de poma

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de bolonyesa vegetal amb formatge

Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps

Iogurt ecològic

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Amanida de llegum (s/g)

Macarrons (s/g) a la napolitana

Fruita de temporada

9
Saltat de llenties (s/g), arròs int., ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

16
Pasta (s/g) amb verdures de temporada

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all

Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum(s/g)

Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al forn amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada(s/g) de peix fresc

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes (s/g) amb torrades (s/g)

Trita paisana amb amanida del temps

Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes (s/g)

Fruita de temporada

31
Sopa de pasta (s/g)

Pollastre al forn amb patates fregides

Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella (s/g) a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre rostit amb daus de pastanaga

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties (s/g) estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes (s/g) i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps

logurt sense lactosa

12

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa (s/g) amb amanida i vinag.

logurt sense lactosa

26
Cigrons (s/g) guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llom al forn amb salsa de poma

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de verdures (s/al·lèrg.)

Fruita de temporada

27
Espaguetis (s/g) italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps

logurt sense lactosa

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Amanida de llegum (s/g)

Macarrons (s/g) a la napolitana

Fruita de temporada

9
Saltat de llenties (s/g), arròs int., ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

16
Pasta (s/g) amb verdures de temporada

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all

Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum(s/g)

Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al forn amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada(s/g) de peix fresc

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes (s/g) amb torrades (s/g)

Trita paisana amb amanida del temps

Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Llom a la planxa amb mongetes seques

Fruita de temporada

31
Sopa de pasta (s/g)

Pollastre al forn amb patates fregides

Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Llom a la planxa a la jardineria

Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre rostit amb daus de pastanaga

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties (s/g) estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes (s/g) i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps

logurt sense lactosa

12

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa (s/g) amb amanida i vinag.

logurt sense lactosa

26
Cigrons (s/g) guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llom al forn amb salsa de poma

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de verdures (s/al·lèrg.)

Fruita de temporada

27
Espaguetis (s/g) italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps

logurt sense lactosa

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Amanida de llegum (s/g)

Macarrons (s/g) a la napolitana

Fruita de temporada

9
Saltat de llenties (s/g), arròs int., ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

16
Pasta (s/g) amb verdures de temporada

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all

Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum(s/g)

Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al forn amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada(s/g) de peix fresc

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes (s/g) amb torrades (s/g)

Trita paisana amb amanida del temps

Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes (s/g)

Fruita de temporada

31
Sopa de pasta (s/g)

Pollastre al forn amb patates fregides

Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella (s/g) a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre rostit amb daus de pastanaga

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties (s/g) estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes (s/g) i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps

logurt ecològic

12

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa (s/g) amb amanida i vinag.

logurt ecològic

26
Cigrons (s/g) guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llom al forn amb salsa de poma

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de verdures (s/al·lèrg.)

Fruita de temporada

27
Espaguetis (s/g) italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps

logurt ecològic

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Macarrons a la napolitana

Falafels amb enciam (s/iogurt)

Fruita de temporada

9
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all

Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum

Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al curri amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada de peix fresc

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes amb torrades (s/al·lèrg.)

Trita paisana amb amanida del temps

Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques

Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Pollastre al forn amb patates fregides

Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre rostit amb daus de pastanaga

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps
iogurt sense lactosa

12

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera
iogurt sense lactosa

26
Cigrans guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llom al forn amb salsa de poma
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de bolonyesa vegetal (s/formatge)
Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps

iogurt sense lactosa

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Macarrons a la napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam
Fruita de temporada

9
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam
Fruita de temporada

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Estofat de carn de porc
Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all
Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum
Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al curri amb daus de carbassa
Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada de peix fresc
Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Trita paisana amb amanida del temps
Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques
Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Pollastre al forn amb patates fregides
Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Llenguadina al forn amb saltat de porro i amanida
Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera
Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre rostit amb daus de pastanaga
Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties estofades amb arròs i toc de comí
Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps
iogurt ecològic

12

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera
iogurt ecològic

26
Cigrans guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llom al forn amb salsa de poma
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de bolonyesa vegetal amb formatge
Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps
iogurt ecològic

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



OCTUBRE

Compromís amb el desenvolupament sostenible

Ara fa un any us dèiem que havíem creat l'equip de treball que havia d'impulsar l'elaboració del **pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari**.

De la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària amb els que hem treballat colze a colze, després de moltes sessions de treball i recollida de dades, aquest mes d'octubre presentarem el nostre primer pla, un document viu, que s'haurà de revalidar cada any i amb quatre objectius ben clars que comunicarem pròximament. Sí! Ho hem aconseguit!!

Els equips de cuina i monitoratge de l'escola tindran, un cop més, un paper central en aquesta nova etapa d'implementació del pla i els volem agrair per endavant aquesta implicació.

Estem convençuts que s'obre una nova etapa molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.

Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables**.



DILLUNS

2
Macarrons a la napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam

Fruita de temporada

9
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Estofat de carn de vedella

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere al forn amb daus de pastanaga i oli d'all

Fruita de temporada

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum

Fruita de temporada

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al curri amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Amanida de l'hort amb vinagreta de poma

Fideuada de peix fresc

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Trita paisana amb amanida del temps

Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques

Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Pollastre al forn amb patates fregides

Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre rostit amb daus de pastanaga

Fruita de temporada

25
Bleda. patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot

Trita de patata i ceba amb amanida del temps

Iogurt ecològic

12

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera

Iogurt ecològic

26
Cigrans guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llenguadina al forn amb salsa de poma

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de bolonyesa vegetal amb formatge

Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Trita de bolets i ceba amb amanida del temps

Iogurt ecològic

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per cuinar i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.