



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 integrals a la napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam

Fruita de temporada

Festa

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Ous durs amb beixamel

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere andalusa amb daus de pastanaga

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

Daus de pollastre al curri amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Croquetes de bacallà 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 arrebossat amb patates fregides

Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç a l'andalusa amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida patata amb vinagreta de pebrot

Daus de pollastre amb verdures

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 porro i ceba amb amanida del temps

iogurt ecològic

12

19
Arròs integral s.tomàquet i toc de remolatxa

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

iogurt ecològic

26
Cigrans guisats

Pollastre a daus amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis amb bolonyesa de carn

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

27
Espaguetis integrals italiana

Remenat 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
Patates i bròquil gratinat al forn

Bacallà al forn amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada

Festa

16
Patata amb verdura al vapor

Cigrons amb espinacs
Fruita de temporada

23
Patata i carbassó al forn amb oli d'orenga

Pit de pollastre marinat, amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada

30
Amanida d'espírels

Remenat d'all tendres amb tomàquet i orenga
Fruita de temporada

DIMARTS

3
Sopa d'arròs

Ous remenats amb alls tendres i enciam
Fruita de temporada

10
Bròquil saltat amb quinoa iallets
Pollastre al forn amb ceba a la llimona
Fruita de temporada

17
Amanida d'arròs

Daus de gall dindi saltejats amb verdures
Fruita de temporada

24
Amanida de llacets

Ous remenats amb alls tendres i xampinyons
logurt natural

31
Sopa de peix

Bacallà amb samfaina
Fruita de temporada

DIMECRES

4
Cuscús amb verdures

Gall dindi amb enciam
Fruita de temporada

11
Amanida de l'hort
Truita de patata i ceba
Fruita de temporada

18
Crema de llegums amb verdures

Torrada amb tomàquet i mozzarella
Fruita de temporada

25
Sopa de peix amb arròs

Gall dindi saltat amb bròquil i xampinyons
Fruita de temporada

DIJOUS

5
Amanida del temps

Pèsols saltats amb xampinyons i all
Fruita de temporada

12
Festa

19
Amanida amb blat de moro

Ous bullits amb samfaina
Fruita de temporada

26
Patata i bròquil gratinada al forn

Lluç planxa amb enciam i tomàquet
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Vichyssoise amb rostes de pa

Sípia a l'allet amb enciam i raves
Fruita de temporada

13

20
Sopa amb fideus

Seitons andalusa amb amanida del temps
logurt natural

27
Amanida del temps amb fruita seca

Humus de cigró amb crudités de verdures
Fruita de temporada

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

Festa

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus
Ous durs (ou ben cuit) amb beixamel
Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta
Gall de St. Pere andalusa amb daus de pastanaga
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

Daus de pollastre al curri amb daus de carbassa
Fruita de temporada

10
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet
Remenat d'ou (ou ben cuit) amb salsa de tomàquet i enciam
Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes seques amb torrades
Croquetes de bacallà 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 arrebossat amb patates fregides
Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç a l'andalusa amb saltat de porro i amanida
Fruita de temporada

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

18
Amanida patata amb vinagreta de pebrot
Daus de pollastre amb verdures
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 porro i ceba (ou ben cuit) amb amanida
iogurt ecològic

Festa

19
Arròs integral s.tomàquet i toc de remolatxa
Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera
iogurt ecològic

26
Cigrons guisats
Pollastre a daus amb salsa de verdures i amanida
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis amb bolonyesa de carn
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament
Estofat de carn de porc
Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana
Remenat de bolets (ou ben cuit) amb amanida
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
Amanida de lleties

Macarrons integrals a la napolitana
Fruita de temporada

Festa

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

Gall dindi a la planxa i amanida del temps
Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere andalusa amb daus de pastanaga
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

Daus de pollastre al curri amb daus de carbassa
Fruita de temporada

10
Saltat de lleties, arròs integral, ceba i cibulet

Lluç a la planxa amb salsa de tomàquet i enciam
Fruita de temporada

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

Bacallà a la planxa 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 (s/ou)

Pollastre arrebossat (s/ou) amb patates fregides
Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç a l'andalusa amb saltat de porro i amanida
Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera
Fruita de temporada

18
Amanida patata amb vinagreta de pebrot

Daus de pollastre amb verdures
Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Lleties 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

19
Arròs integral s.tomàquet i toc de remolatxa

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

26
Cigrans guisats

Pollastre a daus amb salsa de verdures i amanida
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis amb bolonyesa de carn
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Estofat de carn de porc
Fruita de temporada

27
Espaguetis integrals italiana

Lluç a la planxa 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
Macarrons integrals a la napolitana

Falafels (s/iogurt) amb enciam

Fruita de temporada

Festa

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Ous durs amb salsa de tomàquet (s/beixamel)

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere andalusa amb daus de pastanaga

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

Daus de pollastre al curri amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Bacallà a la planxa 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 arrebossat amb patates fregides

Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç a l'andalusa amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera

Fruita de temporada

18
Amanida patata amb vinagreta de pebrot

Daus de pollastre amb verdures

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

Fruita de temporada

12
Fruita de temporada

19
Arròs integral s.tomàquet i toc de remolatxa

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

Fruita de temporada

26
Cigrons guisats

Pollastre a daus amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis amb bolonyesa de carn

Fruita de temporada

13
Fruita de temporada

20
Crema de verdures d'aprofitament

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

27
Espaguetis integrals italiana

Remenat de bolets i ceba amb amanida del temps

Fruita de temporada

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

Festa

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Ous durs amb beixamel
Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall dindi a la planxa amb daus de pastanaga
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

Daus de pollastre al curri amb daus de carbassa
Fruita de temporada

10
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

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

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Gall dindi a la planxa 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 arrebossat amb patates fregides
Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Amanida de cigrons

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

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera
Fruita de temporada

18
Amanida patata amb vinagreta de pebrot

Daus de pollastre amb verdures
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 porro i ceba amb amanida del temps
iogurt ecològic

12

19
Amanida de llenties

Arròs integral s.tomàquet i toc de remolatxa
iogurt ecològic

26
Cigrons guisats

Pollastre a daus amb salsa de verdures i amanida
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis amb bolonyesa de llenties
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Estofat de cigrons amb verdures
Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Remenat 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
Amanida de lleties

Macarrons integrals a la napolitana
Fruita permesa

Festa

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

Gall dindi a la planxa i amanida del temps
Fruita permesa

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere andalusa amb daus de pastanaga
Fruita permesa

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb verdures i llegum
Fruita permesa

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Daus de pollastre al curri amb daus de carbassa
Fruita permesa

10
Saltat de lleties, arròs integral, ceba i cibulet

Lluç a la planxa amb salsa de tomàquet i enciam
Fruita permesa

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

Bacallà a la planxa amb amanida del temps
Fruita permesa

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques
Fruita permesa

31
Sopa de galets (s/ou)

Pollastre arrebossat (s/ou) amb patates fregides
Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç a l'andalusa amb saltat de porro i amanida
Fruita permesa

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera
Fruita permesa

18
Amanida patata amb vinagreta de pebrot

Daus de pollastre amb verdures
Fruita permesa

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Lleties estofades amb arròs i toc de comí
Fruita permesa

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 s.tomàquet i toc de remolatxa

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

26
Cigrons guisats

Pollastre a daus amb salsa de verdures i amanida
Fruita permesa

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis amb bolonyesa de carn
Fruita permesa

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Estofat de carn de porc
Fruita permesa

27
Espaguetis integrals italiana

Lluç a la planxa 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 lleties

Macarrons integrals a la napolitana
Fruita de temporada

Festa

16
Pasta (s/al·lèrg.) amb verdures de temporada a daus
Ous durs amb beixamel (s/al·lèrg.)
Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta
Gall de St. Pere andalusa amb daus de pastanaga
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

Daus de pollastre (s/al·lèrg.) amb daus de carbassa
Fruita de temporada

10
Saltat de lleties, arròs integral, ceba i cibulet
Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam
Fruita de temporada

17
Hummus (s/al·lèrg.) amb torrades (s/al·lèrg.)
Bacallà a la planxa 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 arrebossat amb patates fregides
Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç a l'andalusa amb saltat de porro i amanida
Fruita de temporada

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

18
Amanida patata amb vinagreta de pebrot
Daus de pollastre amb verdures
Fruita de temporada

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

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot

Trita de porro i ceba amb amanida del temps
logurt ecològic

Festa

19
Arròs integral s.tomàquet i toc de remolatxa
Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera
logurt ecològic

26
Cigrans guisats
Pollastre a daus amb salsa de verdures i amanida
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis amb bolonyesa de carn
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament
Estofat de carn de porc
Fruita de temporada

27
Espaguetis integrals italiana
Remenat 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
Tomàquet amanit (100g-1R)-
(1R formatge)

Gall de St. Pere al forn
(60g-2R)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

Festa

16
Verdures del temps (100g
coliflor-1R)- (1R formatge)

Remenat d'ou (80g-2R)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

23
Tomàquet amanit (100g-1R)-
(1R formatge)

Gall de St. Pere al forn
(60g-2R)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

30
Mongeta tendra (100g-1R)

Llom a la planxa (60g-2R)- (1R
formatge)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

DIMARTS

3
Crema de carbassa (150g-1R)

Pollastre a la planxa (50g-2R)-
(1R formatge)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

10
Tomàquet amanit (100g-1R)

Remenat d'ou (80g-2R)- (1R
formatge)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

17
Carbassó a la planxa
(150g-1R)

Bacallà a la planxa (60g-2R)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

24
Crema de carbassa (150g-1R)

Llom a la planxa (60g-2R)- (1R
formatge)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

31
Tomàquet amanit (100g-1R)

Pollastre a la planxa (50g-2R)-
(1R formatge)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

DIMECRES

4
Verdures del temps (100g
coliflor-1R)- (1R formatge)

Lluç a la planxa (60g-2R)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

11
Carbassó a la planxa
(150g-1R)

Llom a la planxa (60g-2R)- (1R
formatge)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

18
Mongeta tendra (100g-1R)

Pollastre a la planxa (50g-2R)-
(1R formatge)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

25
Verdures del temps (100g
coliflor-1R)- (1R formatge)

Lluç a la planxa (60g-2R)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

DIJOUS

5
Mongeta tendra (100g-1R)

Remenat d'ou (80g-2R)- (1R
formatge)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

12

19
Tomàquet amanit (100g-1R)-
(1R formatge)

Maires a la planxa (60g-2R)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

26
Mongeta tendra (100g-1R)

Pollastre a la planxa (50g-2R)-
(1R formatge)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

DIVENDRES

6
Carbassó a la planxa
(150g-1R)

Llom a la planxa (60g-2R)- (1R
formatge)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

13

20
Crema de carbassa (150g-1R)

Llom a la planxa (60g-2R)- (1R
formatge)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

27
Carbassó a la planxa
(150g-1R)

Remenat d'ou (80g-2R)- (1R
formatge)

Fruita (1R**)- (1R-30 ml d'oli
oliva) -(0,5R d'altres)

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 (100g pasta-2,5R) a la napolitana

Falafels (3 un.-1,5R) amb s. iogurt i enciam

Fruita de temporada (1R - veure nota*) PA (20gr-1R)

Festa

16
Cuscús (135g-3R) amb verdures

Ous durs amb s.tomàquet

Fruita de temporada (1,5R - veure nota*) PA (30gr-1,5R)

23
Amanida d'arròs integral (90g arròs-2R)

Gall de St. Pere al forn sobre llit de patata (75g pat.-1,5R)

Fruita de temporada (1,5R - veure nota*) PA (20gr-1R)

30
Verdura tricolor (50g patata-1R)

Arròs a la cassola (90g arròs-3R) amb llegum (50g-1R)

Fruita de temporada (1R - veure nota*) PA (20gr-1R)

DIMARTS

3
Crema de pastanaga (75 pastga-0,5R + 50gr. Pat.-1R)

Daus de pollastre amb patata (75g patata-1,5R)

Fruita de temporada (1,5R - veure nota*) PA (30gr-1,5R)

10
Saltat de lleties (100g-2R) amb arròs (45g-1R)

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet natural i enciam

Fruita de temporada (1,5R - veure nota*) PA (30gr-1,5R)

17
Hummus (100g-2R) amb pa (20gr-1R)

Croquetes de bacallà (3 un.1,5R) amb amanida del temps

Fruita de temporada (1,5R - veure nota*)

24
Crema de moniato (75g moniato-1,5R)

Hamburguesa de vedella amb mongetes (75g lleg.-1,5R)

Fruita de temporada (1,5R - veure nota*) PA (30gr-1,5R)

31
Sopa de galets (60g-1,5R)

Pollastre arrebossat amb patates fregides (45g-1,5R)

Fruita de temporada (1,5R - veure nota*) PA (30gr-1,5R)

DIMECRES

4
Arròs (135g arròs-3R) carbassó, albergínia, pastga.

Lluç a l'andalusa amb saltat de porro i amanida

Fruita de temporada (1,5R - veure nota*) PA (30gr-1,5R)

11
Crema de carbassó (75g patata-1,5)

Mandonguilles vedella amb arròs (67,5g-1,5R)

Fruita de temporada (1,5R - veure nota*) PA (30gr-1,5R)

18
Amanida de patata (100g pat.-2R)

Daus de pollastre amb daus pastanaga (75g pastga-0,5R)

Fruita de temporada (1,5R - veure nota*) PA (40gr-2R)

25
Bleda i patata bullida (50g patata-1R)

Lleties (100g-2R) amb arròs (45g-1R)

Fruita de temporada (1R - veure nota*) PA (20gr-1R)

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes (125g mong.-2,5R)

Trita de porro (30g pat.freg.-1R) i amanida

logurt (1unitat-0,5R)- PA (40gr-2R)

12

19
Arròs (157,5g arròs-3,5R) amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida

logurt (1unitat-0,5R)- PA (40gr-2R)

26
Cigrans guisats (150g-3R)

Pollastre a daus amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada (1,5R - veure nota*) PA (30gr-1,5R)

DIVENDRES

6
Verdura de temporada (50g pat.-1R)

Espaguetis (120g-3R) amb bolonyesa de carn

Fruita de temporada (1R - veure nota*) PA (20gr-1R)

13

20
Crema de verdures (75g patata-1,5R)

Estofat de carn de porc amb arròs (67,5g-1,5R)

Fruita de temporada (1,5R - veure nota*) PA (30gr-1,5R)

27
Espaguetis (120g-3R) italiana

Remenat de bolets i ceba amb amanida del temps

logurt ecològic (1unitat-0,5R)- PA (40gr-2R)

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

Festa

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Ous durs amb beixamel
Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere andalusa amb daus de pastanaga
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
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

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

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Croquetes de bacallà amb amanida del temps
Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella (halal) planxa amb mongetes
Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Pollastre (halal) arrebossat amb patates fregides
Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç a l'andalusa 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 patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre (halal) amb verdures
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 porro i ceba amb amanida del temps
iogurt ecològic

12

19
Arròs integral s.tomàquet i toc de remolatxa

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

26
Cigrans guisats

Pollastre (halal) amb salsa de verdures i amanida
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis amb bolonyesa de llenties
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Estofat de cigrons amb verdures
Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Remenat 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

Festa

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Ous durs amb beixamel
Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere andalusa amb daus de pastanaga
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
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

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

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Croquetes de bacallà amb amanida del temps
Fruita de temporada

24
Crema de moniato i carbassa

Trita a la francesa amb mongetes seques
Fruita de temporada

31
Sopa de galets

Llenguadina arrebossada amb patates fregides
Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç a l'andalusa amb saltat de porro i amanida
Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Llenguadina andalusa amb salsa jardinera
Fruita de temporada

18
Amanida patata amb vinagreta de pebrot

Remenat d'ou amb verdures
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 porro i ceba amb amanida del temps
iogurt ecològic

12

19
Arròs integral s.tomàquet i toc de remolatxa

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

26
Cigrans guisats

Lluç a la planxa amb salsa de verdures i amanida
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis amb bolonyesa de llenties
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Estofat de cigrons amb verdures
Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Remenat 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
Amanida de lleties (s/g)

Macarrons (s/g) a la napolitana

Fruita de temporada

Festa

16
Pasta (s/g) amb verdures de temporada a daus

Ous durs amb (s/beixamel) s.tomàquet

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere andalusa (s/g) amb daus de pastanaga

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

Daus de pollastre (s/g) amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Saltat de lleties (s/g) , arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

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

Bacallà a la planxa 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 arrebossat (s/g) amb patates fregides

Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç a l'andalusa (s/g) 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 patata amb vinagreta de pebrot

Daus de pollastre amb verdures

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Lleties (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 porro i ceba amb amanida del temps

logurt sense lactosa

12
Festa

19
Arròs integral s.tomàquet i toc de remolatxa

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

logurt sense lactosa

26
Cigrons (s/g) guisats

Pollastre a daus amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis (s/g) amb bolonyesa de carn

Fruita de temporada

13
Festa

20
Crema de verdures d'aprofitament

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

27
Espaguetis (s/g) italiana

Remenat de bolets i ceba amb amanida del temps

logurt sense lactosa

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 lleties (s/g)

Macarrons (s/g) a la napolitana

Fruita de temporada

Festa

16
Pasta (s/g) amb verdures de temporada a daus

Ous durs amb (s/beixamel) s.tomàquet

Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere andalusa (s/g) amb daus de pastanaga

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

Daus de pollastre (s/g) amb daus de carbassa

Fruita de temporada

10
Saltat de lleties (s/g) , arròs integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam

Fruita de temporada

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

Bacallà a la planxa 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 arrebossat (s/g) amb patates fregides

Fruita i postres dolces (s/g)

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç a l'andalusa (s/g) 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 patata amb vinagreta de pebrot

Daus de pollastre amb verdures

Fruita de temporada

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Lleties (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 porro i ceba amb amanida del temps

logurt ecològic

12

Festa

19
Arròs integral s.tomàquet i toc de remolatxa

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

logurt ecològic

26
Cigrons (s/g) guisats

Pollastre a daus amb salsa de verdures i amanida

Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis (s/g) amb bolonyesa de carn

Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

27
Espaguetis (s/g) italiana

Remenat 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
Macarrons a la napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam
Fruita de temporada

Festa

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Ous durs amb beixamel
Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere andalusa amb daus de pastanaga
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

Daus de pollastre al curri amb daus de carbassa
Fruita de temporada

10
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

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

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Croquetes de bacallà 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 arrebossat amb patates fregides
Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Gall de St.Pere andalusa amb saltat de porro i amanida
Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera
Fruita de temporada

18
Amanida patata amb vinagreta de pebrot

Daus de pollastre amb verdures
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 porro i ceba amb amanida del temps
iogurt ecològic

12

19
Arròs integral s.tomàquet i toc de remolatxa

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

26
Cigrans guisats

Pollastre a daus amb salsa de verdures i amanida
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis amb bolonyesa de carn
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Estofat de carn de porc
Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Remenat 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

Festa

16
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Ous durs amb beixamel
Fruita de temporada

23
Amanida d'arròs amb vinagreta

Gall de St. Pere andalusa amb daus de pastanaga
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

Daus de pollastre al curri amb daus de carbassa
Fruita de temporada

10
Saltat de llenties, arròs integral, ceba i cibulet

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

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Croquetes de bacallà 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 arrebossat amb patates fregides
Fruita de temporada i panellets

DIMECRES

4
Arròs integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç a l'andalusa amb saltat de porro i amanida
Fruita de temporada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera
Fruita de temporada

18
Amanida patata amb vinagreta de pebrot

Daus de pollastre amb verdures
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 porro i ceba amb amanida del temps
iogurt ecològic

12

19
Arròs integral s.tomàquet i toc de remolatxa

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

26
Cigrans guisats

Pollastre a daus amb salsa de verdures i amanida
Fruita de temporada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Espaguetis amb bolonyesa de llenties
Fruita de temporada

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Estofat de cigrons amb verdures
Fruita de temporada

27
Espaguetis italiana

Remenat 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.