



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

Patates i broquil gratinat al forn

Bacallà al forn amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

9
Patata i mongeta

Falafels amb salsa de iogurt i tomàquet

Fruita de temporada

16
Patata amb verdura al vapor

Cigrons amb espinacs

Fruita de temporada

23
Patata i carbassó al forn amb oli d'orenga

Broxeta de p. pollastre mariat, 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 de peix amb arròs

Ous remenats amb alls tendres i enciam

Fruita de temporada

10
Bròquil saltejat amb quinoa i allets

Pollastre al forn amb ceba a la llimona

Fruita de temporada

17
Amanida d'arròs

Seitons saltejats amb allets

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 saltejats amb xampinyons i all

Fruita de temporada

12

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

logurt natural

13

20
Sopa de pollastre amb fideus

Daus de gall dindi saltejats amb verdures

logurt natural

27
Amanida del temps

Humus de cigró amb crudités de verdures

Fruita de temporada

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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

Fruita de temporada

12

19
Arròs integral amb toc de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagr. de pera

Fruita de temporada

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

Fruita de temporada

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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 toc de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagr. 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

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. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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

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 toc de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagr. 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 ceba amb amanida del temps

logurt ecològic

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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
(tom.-s/pell)
Macarrons a la napolitana
Fruita permesa pelada

9
Saltat de lletnies, arròs
integral, ceba i cibulet
Remenat d'ou amb salsa de
tomàquet i enciam
Fruita permesa pelada

16
Cuscús amb verdures de
temporada (s/al·lèrg.)
Estofat de carn de porc
Fruita permesa pelada

23
Amanida d'arròs (tom.-s/pell)

Gall de St. Pere al forn amb
daus pastanaga

Fruita permesa pelada

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

DIMARTS

3 Crema de pastanaga

Pollastre al forn amb daus de carbassa

Fruita permesa pelada

10
Amanida de l'hort (tom.-s/pell)

Fideuada de peix fresc

Fruita permesa pelada

17
Hummus (s/al·lèrg.) amb
torrades (s/al·lèrg.)
Truita paisana amb amanida
(tom.-s/pell)
Fruita permesa pelada

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques

Fruita permesa pelada

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 (tom.-s/pell)
Fruita permesa pelada

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la
jardinera

Fruita permesa pelada

18
Amanida de patata
(tom.-s/pell)
Pollastre rostit amb daus de
pastanaga
Fruita permesa pelada

25
Bleda, patata i pastanaga

Llenties estofades amb arròs i
toc de comí

Fruita permesa pelada

DIJOURS

5
Empedrat de mongetes
(tom.-s/pell)
Truita de patata i ceba amb
amanida (tom.-s/pell)
Iogurt ecològic

12	Fe
19	Arròs integral amb toc de remolatxa Maires fresques a l'andalusa amb amanida (tom.-s/pell) logurt ecològic

26
Cigrons guisats

Pollastre amb s. verdure i
amanida (tom.-s/pell)

Fruita permesa pelada

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli
de porros
Llom al forn amb salsa de
poma (s/pell)
Fruita permesa pelada

13	sta
20	Crema de verdures d'aprofitament Pizza de verdures (s/al·lèrg.) Fruita permesa pelada

27
Espaguetis italiana

Truita de bolets i ceba amb
amanida (tom.-s/pell)

logurt ecològic

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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 toc de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagr. 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

Festa

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. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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 (s/al·lèrg.) 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 vinagr. 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

Festa

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de verdures (s/al·lèrg.)

Fruita de temporada

27
Amanida de llegum

Espaguetis italiana

logurt ecològic

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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 napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam

Fruïta tolerada sense pell

9
Saltat de llenties, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb s.tom., i enciam

Fruïta tolerada sense pell

16
Cuscús amb verdures

Estofat de carn de porc

Fruïta tolerada sense pell

23
Amanida pasta (s/tom.)

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

Fruïta tolerada sense pell

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Fideus a la cassola amb verdures i llegum

Fruïta tolerada sense pell

DIMARTS

3
Crema de pastanaga

Pollastre al curri amb daus de carbassa

Fruïta tolerada sense pell

10
Amanida de l'hort (s/tom.)

Fideuada de peix fresc

Fruïta tolerada sense pell

17
Hummus de mongetes seques amb torrades

Truïta paisana amb amanida (s/tom.)

Fruïta tolerada sense pell

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques

Fruïta tolerada sense pell

31
Sopa de galets

Pollastre al forn amb patates fregides

Fruïta tolerada sense pell

DIMECRES

4
Pasta integral amb carbassó, albergínia, pastga.

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida (s/tom.)

Fruïta tolerada sense pell

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la jardinera

Fruïta tolerada sense pell

18
Amanida de patata (s/tom.)

Pollastre rostit amb daus de pastanaga

Fruïta tolerada sense pell

25
Bleda, patata i pastanaga amb all i julivert

Llenties estofades amb arròs i toc de comí

Fruïta tolerada sense pell

DIJOUS

5
Empedrat de mongetes (s/tom.)

Truïta de patata i ceba amb amanida (s/tom.)

Iogurt ecològic

12

19
Pasta integral amb toc de remolatxa

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

Iogurt ecològic

26
Cigrons guisats

Pollastre amb salsa de verdures i amanida (s/tom.)

Fruïta tolerada sense pell

DIVENDRES

6
Verdura de temporada amb oli de porros

Llom al forn amb patata al forn

Fruïta tolerada sense pell

13

20
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de bolonyesa vegetal i formatge

Fruïta tolerada sense pell

27
Espaguetis italiana

Truïta de bolets i ceba amb amanida (s/tom.)

Iogurt ecològic

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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 i pa integral

9
Saltat de lletnies, arròs
integral, ceba i cibulet

Remenat d'ou amb salsa de
tomàquet i enciam

Fruita de temporada i pa
integral

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

23
Amanida d'arròs amb vinagreta.

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

Fruita de temporada i pa
integral

30
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert
Arròs integral amb verdures i llegum
Fruita de temporada i pa integral

DIMARTS

3 Crema de pastanaga

Pollastre al curri amb daus de carbassa

Fruita de temporada i pa integral

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

17
Hummus amb torrades
integrals

Truita paisana amb amanida
del temps

Fruita de temporada i pa
integral

24
Crema de moniato i carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques
Fruita de temporada i pa integral

31
Sopa de galets

Pollastre al forn amb patates
fregides

Fruita, panellets i pa integral

DIMECRES

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

11
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella a la
jardinera

Fruita de temporada i pa
integral

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

25
Bleda, patata i pastanaga amb
all i julivert

Llenties estofades amb arròs i
toc de comí

Fruita de temporada i pa
integral

DIJOURS

5
Empedrat de mongetes i
vinagreta de pebrot
Truita de patata i ceba amb
amanida del temps
Fruita de temporada i pa
integral

12	Fe
19	Arròs integral amb toc de remolatxa Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera Fruita de temporada i pa integral

26
Cigrons guisats

Pollastre amb salsa de
verdures i amanida

Fruita de temporada i pa
integral

DIVENDRES

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

13

sta

20

Crema de verdures
d'aprofitament

Pizza de bolonyesa vegetal
amb formatge

Fruita de temporada i pa
integral

27
Espaguetis integrals italiana

Truita de bolets i ceba amb
amanida del temps

Fruita de temporada i pa
integral

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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

19
Arròs integral amb toc de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagr. 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

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

Festa

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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 toc 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. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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 toc 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. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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 toc de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagr. 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. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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 toc 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. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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 toc 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. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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 toc 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. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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(s/g)

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 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 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 toc 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. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



OCTUBRE

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

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**.



2
Macarrons a la napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam
Fruita de temporada

9
Saltat d'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

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

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
Gall dindi planxa amb arròs i toc de comí
Fruita de temporada

5
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot
Trita de patata i ceba amb amanida del temps
iogurt ecològic

12
19
Arròs integral amb toc de remolatxa
Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagr. de pera
iogurt ecològic

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

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. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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

Trita de farina de cigró amb s. tomàquet i enciam

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

Trita de farina de cigró 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 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

Lluç 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

Llom a la planxa 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

logurt ecològic

12

Festa

19
Arròs integral amb salsa de remolatxa

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagr. de pera

logurt ecològic

26
Amanida de l'hort

Cigrons guisats

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 farina de cigró amb bolets i amanida

logurt ecològic

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.



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 toc de remolatxa

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

26
Cigrons 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. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra 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.