

OCTUBRE

Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.

Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.

L'any 2019, vam recollir sota el nom **GOTA a GOTA per la sostenibilitat** tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:

1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de 3.000 menús amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.

2) Projectes com el iogurt residu zero, l'aigua és vida o el pensa, menja i actua, es consoliden.

3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer PMA (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.

4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal CINS5, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lergògens i també amb envasos residu zero.

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

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1
Verdura tricolor

Fideuada de peix fresc

Fruita de temporada

2
Crema de carbassó

Mandonguilles de vedella amb samfaina

Fruita de temporada

3
Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca

Pollastre rostit amb herbes provençals i amanida logurt ecològic

4
Amanida de pasta integral amb vinagreta

Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada

7
Cuscús amb verdures de temporada a daus

Estofat de carn de porc

Fruita de temporada

8
Hummus de mongetes seques amb torrades

Truita de carbassó i ceba amb daus de tomàquet, all i julivert

Fruita de temporada

9
Amanida patata amb vinagreta de pebrot

Pollastre rostit amb daus de carbassó

Fruita de temporada

10
Arròs amb salsa de tomàquet

Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinagr., pera logurt ecològic

11
Crema de verdures d'aprofitament

Pizza de bolonyesa vegetal amb amanida del temps Fruita de temporada

14
Amanida tres delícies de verdures

Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all

Fruita de temporada

15
Crema de carbassa

Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques

Fruita de temporada

16
Bledes, patata i pastanaga

Llenties estofades amb arròs i toc de comí

Fruita de temporada

17
Cigrons guisats

Pollastre amb salsa de verdures

Fruita de temporada

18
Espaguetis italiana

Truita de porro i ceba amb amanida del temps

logurt ecològic

21
Verdura tricolor amb oli d'all i julivert

Arròs a la cassola amb magre de porc

Fruita de temporada

22
Llenties estofades amb poma i carbassa

Pollastre al forn amb amanida del temps

Fruita de temporada

23
Crema de pastanaga

Bacallà forn amb all i julivert amb amanida del temps

Fruita de temporada

24
Espirals saltades amb verdures

Mandonguilles de llenties amb salsa de tomàquet

Fruita de temporada

25
Arròs saltat amb porro i fonoll

Truita de bolets i ceba amb amanida del temps

logurt ecològic

28
Macarrons a la napolitana

Falafels amb salsa de iogurt i enciam

Fruita de temporada

29
Arròs amb carbassó, albg., pastga., i oli d'alf., fresca

Lluç al forn amb saltat de porro i amanida del temps

Fruita de temporada

30
Estofat de mongetes seques

Truita de patata i ceba amb amanida del temps

Fruita de temporada

31
Crema de porro i moniato

Pollastre rostit amb patates fregides

Fruita de temporada i panellets

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE

Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.

Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.

L'any 2019, vam recollir sota el nom **GOTA a GOTA per la sostenibilitat** tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:

1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de **3.000 menús** amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.

2) Projectes com el iogurt **residu zero**, **l'aigua és vida o el pensa, menja i actua**, es consoliden.

3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer **PMA** (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.

4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal **CIN5**, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lergògens i també amb envasos residu zero.

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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Arròs tres delícies Brotxeta de gall dindi amb enciams variats Fruita de temporada	2 Sopa de fideus Trita de formatge amb tomàquet al forn Fruita de temporada	3 Crema de carbassó Hamburguesa de fèsols amb amanida de pebrot vermell iogurt natural	4 Verdures escalivada Llenguado en salsa marinera i patata al forn Fruita de temporada
	7 Vichyssoise Trita de patata i ceba, amb enciams variats Fruita de temporada	8 Sopa de pistons Lluç amb patata i pastanaga al forn iogurt natural	9 Carbassons farcits de llenties amb arròs Hamburguesa vegetal amb enciam Fruita de temporada	10 Pèsols saltats amb verdura Aletes de pollastre adobades amb daus de patata Fruita de temporada	11 Cigrons amb espinacs Gall dindi arrebossat amb amanida Fruita de temporada
	14 Crema de pastanaga Trita d'albergínia amb pa amb tomàquet Fruita de temporada	15 Trinxat de col Esqueixada de bacallà amb amanida Fruita de temporada	16 Llacets amb tomàquet, formatge i oli d'alfàbrega Pollastre a la llimona amb verdures al forn Fruita de temporada	17 Amanida d'arròs Llom a la planxa amb puré de poma Fruita de temporada	18 Tallarines de carbassó amb beixamel i gratinats Verat a la planxa amb all i julivert i amanida iogurt natural
	21 Cuscús amb verdura Gall dindi a la planxa amb amanida Fruita de temporada	22 Arròs amb salsa de pastanaga Remenat d'ou amb alls tendres i gambetes iogurt natural	23 Bledes i patata bullida Hamburguesa de cigrons a la jardinera Fruita de temporada	24 Crepes vegetals Sípia amb all i julivert Fruita de temporada	25 Macarrons amb salsa de verdures Pernillets al forn amb enciam variats Fruita de temporada
	28 Crema de carbassa Rollets de llenguado al forn amb salsa de bolets Fruita de temporada	29 Graella de verdures Trita de carbassó i ceba amb tomàquet al forn iogurt natural	30 Arròs amb verdures Brotxeta de gall dindi amb verdures Fruita de temporada	31 Espaguetis amb salsa de formatge Hamburguesa de llenties amb xampinyons planxa Fruita de temporada	

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.</p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.</p> <p>L'any 2019, vam recollir sota el nom GOTA a GOTA per la sostenibilitat tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:</p>	<p>1 Verdura tricolor</p> <p>Fideuada de peix fresc</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Crema de carbassó</p> <p>Mandonguilles de vedella amb samfaina</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>3 Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca</p> <p>Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida del temps</p> <p>logurt de soja</p>	<p>4 Amanida de pasta integral (s/form..) amb vinagreta</p> <p>Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada</p> <p>Fruita de temporada</p>	
	<p>7 Cuscús amb verdures de temporada a daus</p> <p>Estofat de carn de porc</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Hummus de mongetes seques (s/al·lèrg.)</p> <p>Truita de carbassó i ceba (s/al·lèrg.), daus de tom.,</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot</p> <p>Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>10 Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Maires fresq. andalusa (s/al·lèrg.) amanida i vinag.,</p> <p>logurt de soja</p>	<p>11 Crema de verdures d'aprofitament</p> <p>Pizza de bolo., vegetal (s/form..) i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de 3.000 menús amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.</p>	<p>14 Amanida tres delícies de verdures</p> <p>Lluç al forn (s/al·lèrg.) sobre llit de carbassó i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Crema de carbassa</p> <p>Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>16 Bledes, patata i pastanaga</p> <p>Llenties estofades amb arròs</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>17 Cigrons guisats</p> <p>Pollastre (s/al·lèrg.) amb salsa de verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Espaguetis italiana (s/form..)</p> <p>Truita de porro i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>logurt de soja</p>
<p>2) Projectes com el iogurt residu zero, l'aigua és vida o el pensa, menja i actua, es consoliden.</p>	<p>21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert</p> <p>Arròs a la cassola amb magre de porc</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Llenties estofades amb poma i carbassa</p> <p>Pollastre al forn (s/al·lèrg.) amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>23 Crema de pastanaga</p> <p>Bacallà forn (s/al·lèrg.) amb all i julivert i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>24 Espirals saltades amb verdures (s/form..)</p> <p>Mandonguilles de llenties amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Arròs saltat amb porro i fonoll</p> <p>Truita de bolets i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>logurt de soja</p>
<p>3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer PMA (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.</p>	<p>28 Macarrons a la napolitana (s/form..)</p> <p>Falafels amb enciam (s/s.iogurt)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Arròs amb carbassó, alb., pastga., i oli d'alf., fresca</p> <p>Lluç al forn (s/al·lèrg.) amb saltat de porro i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Estofat de mongetes seques</p> <p>Truita de patata i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>31 Crema de porro i moniato</p> <p>Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb pat.,fregides (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada i postres dolces (s/al·lèrg.)</p>	

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE

Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.

Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.

L'any 2019, vam recollir sota el nom **GOTA a GOTA per la sostenibilitat** tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:

1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de **3.000 menús** amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.

2) Projectes com el iogurt **residu zero**, l'**aigua és vida o el pensa, menja i actua**, es consoliden.

3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer **PMA** (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.

4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal **CIN5**, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lèrgens i també amb envasos residu zero.

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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Verdura tricolor Fideuada de verdures i llegum Fruita de temporada	2 Crema de carbassó Mandonguilles de vedella amb samfaina Fruita de temporada	3 Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida del temps iogurt ecològic	4 Amanida de pasta integral amb vinagreta Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	7 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de carn de porc Fruita de temporada	8 Hummus de mongetes seques (s/al·lèrg.) Trita de carbassó i ceba (s/al·lèrg.), daus de tom., Fruita de temporada	9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó Fruita de temporada	10 Arròs amb salsa de tomàquet Gall dindi a l'andalusa (s/al·lèrg.) amanida i vinag. iogurt ecològic	11 Crema de verdures d'aprofitament Pizza de bolonyesa vegetal amb amanida del temps Fruita de temporada
	14 Amanida tres delícies de verdures Gall dindi al forn (s/al·lèrg.) sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	15 Crema de carbassa Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Bledes, patata i pastanaga Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	17 Cigrons guisats Pollastre (s/al·lèrg.) amb salsa de verdures Fruita de temporada	18 Espaguetis italiana Trita de porro i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida iogurt ecològic
	21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert Arròs a la cassola amb magre de porc Fruita de temporada	22 Llenties estofades amb poma i carbassa Pollastre al forn (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	23 Crema de pastanaga Gall dindi forn (s/al·lèrg.) amb all i julivert amb amanida Fruita de temporada	24 Espirals saltades amb verdures Mandonguilles de llenties amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	25 Arròs saltat amb porro i fonoll Trita de bolets i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida iogurt ecològic
	28 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	29 Arròs amb carbassó, alb., pastga., i oli d'alf., fresca Gall dindi forn (s/al·lèrg.) amb saltat de porro i amanida Fruita de temporada	30 Estofat de mongetes seques Trita de patata i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida Fruita de temporada	31 Crema de porro i moniato Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb pat., fregides (s/al·lèrg.) Fruita de temporada i postres dolces (s/al·lèrg.)	

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE

Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.

Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.

L'any 2019, vam recollir sota el nom **GOTA a GOTA per la sostenibilitat** tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i a creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:

1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de **3.000 menús** amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.

2) Projectes com el iogurt **residu zero**, l'**aigua és vida o el pensa, menja i actua**, es consoliden.

3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer **PMA** (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.

4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal **CIN5**, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lèrgens i també amb envasos residu zero.

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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Verdura tricolor Fideuada de verdures i llegum Fruita de temporada	2 Crema de carbassó Mandonguilles de vedella amb samfaina Fruita de temporada	3 Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida del temps iogurt sense lactosa	4 Amanida de pasta integral amb vinagreta Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	7 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de carn de porc Fruita de temporada	8 Hummus de mongetes seques (s/al·lèrg.) Trita de carbassó i ceba (s/al·lèrg.), daus de tom., Fruita de temporada	9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó Fruita de temporada	10 Arròs amb salsa de tomàquet Gall dindi andalusa (s/al·lèrg.) amanida i vinag., pera iogurt sense lactosa	11 Crema de verdures d'aprofitament Pizza de bolonyesa vegetal amb amanida del temps Fruita de temporada
	14 Amanida tres delícies de verdures Gall dindi al forn (s/al·lèrg.) sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	15 Crema de carbassa Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Bledes, patata i pastanaga Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	17 Cigrons guisats Pollastre (s/al·lèrg.) amb salsa de verdures Fruita de temporada	18 Espaguetis italiana Trita de porro i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida iogurt sense lactosa
	21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert Arròs a la cassola amb magre de porc Fruita de temporada	22 Llenties estofades amb poma i carbassa Pollastre al forn (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	23 Crema de pastanaga Gall dindi forn (s/al·lèrg.) amb all i julivert amb amanida Fruita de temporada	24 Espirals saltades amb verdures Mandonguilles de llenties amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	25 Arròs saltat amb porro i fonoll Trita de bolets i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida iogurt sense lactosa
	28 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	29 Arròs amb carbassó, alb., pastga., i oli d'alf., fresca Gall dindi forn (s/al·lèrg.) amb saltat de porro i amanida Fruita de temporada	30 Estofat de mongetes seques Trita de patata i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida Fruita de temporada	31 Crema de porro i moniato Pollastre rostit amb pat., fregides (s/al·lèrg.) Fruita de temporada i postres dolces (s/al·lèrg.)	

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE

Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.

Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.

L'any 2019, vam recollir sota el nom **GOTA a GOTA per la sostenibilitat** tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:

1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de **3.000 menús** amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.

2) Projectes com el iogurt **residu zero**, l'**aigua és vida o el pensa, menja i actua**, es consoliden.

3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer **PMA** (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.

4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal **CIN5**, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lèrgens i també amb envasos residu zero.

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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Verdura tricolor Fideuada de peix fresc Fruita de temporada	2 Crema de carbassó Mandonguilles de vedella amb samfaina Fruita de temporada	3 Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca Pollastre rostit i amanida del temps iogurt ecològic	4 Amanida de pasta integral amb vinagreta Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	7 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de carn de porc Fruita de temporada	8 Hummus de mongetes seques amb torrades Trita de carbassó i ceba amb daus de tomàquet, all i julivert Fruita de temporada	9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot Pollastre rostit amb daus de carbassó Fruita de temporada	10 Arròs amb salsa de tomàquet Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinag., iogurt ecològic	11 Crema de verdures d'aprofitament Pizza de bolonyesa vegetal amb amanida del temps Fruita de temporada
	14 Amanida tres delícies de verdures Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	15 Crema de carbassa Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Bledes, patata i pastanaga Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	17 Cigrons guisats Pollastre amb salsa de verdures Fruita de temporada	18 Espaguetis italiana Trita de porro i ceba amb amanida del temps iogurt ecològic
	21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert Arròs a la cassola amb magre de porc Fruita de temporada	22 Llenties estofades amb poma i carbassa Pollastre al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	23 Crema de pastanaga Bacallà forn amb all i julivert amb amanida del temps Fruita de temporada	24 Espirals saltades amb verdures Mandonguilles de llenties amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	25 Arròs saltat amb porro i fonoll Trita de bolets i ceba amb amanida del temps iogurt ecològic
	28 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	29 Arròs amb carbassó, albg., pastga., i oli d'alf., fresca Lluç al forn amb saltat de porro i amanida del temps Fruita de temporada	30 Estofat de mongetes seques Trita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	31 Crema de porro i moniato Pollastre rostit amb patates fregides Fruita de temporada i postres dolces (s/al·lèrg.)	

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.</p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.</p> <p>L'any 2019, vam recollir sota el nom GOTA a GOTA per la sostenibilitat tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:</p>		<p>1 Verdura tricolor (no mong.verda)</p> <p>Fideuada (pasta integral) de peix fresc</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>2 Crema de carbassó</p> <p>Mandonguilles de vedella amb samfaina</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>3 Saltat de verd. permeses amb all i alfà., fresca</p> <p>Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida (s/tom., cru)</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>4 Amanida de pasta integral amb vinagreta (s/tom., cru)</p> <p>Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>
	<p>7 Cuscús amb verdures de temp. a daus (s/tom., cru)</p> <p>Estofat de carn de porc (s/pèsols)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>8 Hummus de cigons (s/al·lèrg.)</p> <p>Truita de carbassó i ceba (s/al·lèrg.), amb enciams</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot (s/tom., cru)</p> <p>Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>10 Pasta integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Maires fresq. andalusa (s/al·lèrg.) amanida i vinag., logurt ecològic</p>	<p>11 Crema de verd. d'aprofitament (no mong.verda)</p> <p>Pizza de bolo., vegetal, amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>
<p>1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de 3.000 menús amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.</p>	<p>14 Pasta integral tres delícies de verdures</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>15 Crema de carbassa</p> <p>Hamburg. vedella planxa amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>16 Bledes, patata i pastanaga</p> <p>Llenties estofades (s/arròs)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>17 Cigrons guisats</p> <p>Pollastre amb salsa de verdures</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>18 Pasta integral italiana</p> <p>Truita de porro i ceba amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>logurt ecològic</p>
<p>2) Projectes com el iogurt residu zero, l'aigua és vida o el pensa, menja i actua, es consoliden.</p>	<p>21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert (no mong.verda)</p> <p>Fideus (pasta integral) a la cassola amb magre de porc</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>22 Llenties estofades amb poma i carbassa</p> <p>Pollastre al forn amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>23 Crema de pastanaga</p> <p>Bacallà forn amb all i julivert i amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>24 Pasta integral salt. amb verd. permeses</p> <p>Mandonguilles de llenties amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>25 Saltat de verd. permeses amb porro i fonoll</p> <p>Truita de bolets i ceba amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>logurt ecològic</p>
<p>3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer PMA (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.</p>	<p>28 Pasta integral a la napolitana</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i enciam (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>29 Saltat de carbassó, alberg., pastga., i oli d'alf., fresca</p> <p>Lluç al forn amb saltat de porro i amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>30 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p>31 Crema de porro i moniato</p> <p>Pollastre rostit amb patates fregides</p> <p>Fruita tolerada sense pell i postres dolces (s/al·lèrg.)</p>	
<p>4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal CINS5, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lèrgens i també amb envasos residu zero.</p>					

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE

Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.

Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.

L'any 2019, vam recollir sota el nom **GOTA a GOTA per la sostenibilitat** tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:

1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de **3.000 menús** amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.

2) Projectes com el iogurt **residu zero**, l'**aigua és vida o el pensa, menja i actua**, es consoliden.

3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer **PMA** (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.

4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal **CIN5**, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lergògens i també amb envasos residu zero.

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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Verdura tricolor Fideuada de peix fresc Fruita de temporada	2 Crema de carbassó Mandonguilles de vedella (halal) amb samfaina Fruita de temporada	3 Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca Pollastre (halal) rostit amb herbes provençals i amanida iogurt ecològic	4 Amanida de pasta integral amb vinagreta Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	7 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de verdures i llegum Fruita de temporada	8 Hummus de mongetes seques amb torrades Trita de carbassó i ceba amb daus de tomàquet, all i julivert Fruita de temporada	9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot Pollastre (halal) rostit amb daus de carbassó Fruita de temporada	10 Arròs amb salsa de tomàquet Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vina., pera iogurt ecològic	11 Crema de verdures d'aprofitament Pizza de bolonyesa vegetal amb amanida del temps Fruita de temporada
	14 Amanida tres delícies de verdures Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	15 Crema de carbassa Hamburg. vedella (halal) planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Bledes, patata i pastanaga Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	17 Cigrons guisats Pollastre (halal) amb salsa de verdures Fruita de temporada	18 Espaguetis italiana Trita de porro i ceba amb amanida del temps iogurt ecològic
	21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert Arròs a la cassola amb verdures i llegum Fruita de temporada	22 Llenties estofades amb poma i carbassa Pollastre (halal) al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	23 Crema de pastanaga Bacallà forn amb all i julivert amb amanida del temps Fruita de temporada	24 Espirals saltades amb verdures Mandonguilles de llenties amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	25 Arròs saltat amb porro i fonoll Trita de bolets i ceba amb amanida del temps iogurt ecològic
	28 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	29 Arròs amb carbassó, albg., pastga., i oli d'alf., fresca Lluç al forn amb saltat de porro i amanida del temps Fruita de temporada	30 Estofat de mongetes seques Trita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	31 Crema de porro i moniato Pollastre (halal) rostit amb pat.,fregides Fruita de temporada i panellets	

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.</p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.</p> <p>L'any 2019, vam recollir sota el nom GOTA a GOTA per la sostenibilitat tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:</p>	<p>1 Verdura tricolor</p> <p>Fideuada de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>1 Verdura tricolor</p> <p>Fideuada de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Crema de carbassó</p> <p>Mandonguilles vegetals amb samfaina</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>3 Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>4 Amanida de pasta integral amb vinagreta</p> <p>Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>7 Cuscús amb verdures de temporada a daus</p> <p>Estofat de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Hummus de mongetes seques amb torrades</p> <p>Truita de carbassó i ceba amb daus de tomàquet, all i julivert</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot</p> <p>Hamburguesa vegetal amb daus de carbassó</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>10 Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Falafels amb amanida i vinagreta de pera</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>11 Crema de verdures d'aprofitament</p> <p>Pizza de bolonyesa vegetal amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de 3.000 menús amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.</p>	<p>14 Amanida de llegum</p> <p>Arròs tres delícies de verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Crema de carbassa</p> <p>Hamburguesa vegetal planxa amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>16 Bledes, patata i pastanaga</p> <p>Llenties estofades amb arròs i toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>17 Crema de bròquil</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Espaguetis italiana</p> <p>Truita de porro i ceba amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
<p>2) Projectes com el iogurt residu zero, l'aigua és vida o el pensa, menja i actua, es consoliden.</p>	<p>21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert</p> <p>Arròs a la cassola amb verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Llenties estofades amb poma i carbassa</p> <p>Remenat d'ou amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>23 Crema de pastanaga</p> <p>Mongetes seques estofades</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>24 Espirals saltades amb verdures</p> <p>Mandonguilles de llenties amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Arròs saltat amb porro i fonoll</p> <p>Truita de bolets i ceba amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
<p>3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer PMA (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.</p>	<p>28 Macarrons a la napolitana</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Arròs amb carbassó, albg, pastga., i oli d'alf., fresca</p> <p>Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Estofat de mongetes seques</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>31 Crema de porro i moniato</p> <p>Hamburguesa vegetal planxa amb pat.,fregides</p> <p>Fruita de temporada i panellets</p>	
<p>4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal CIN5, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lergògens i també amb envasos residu zero.</p>					

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE

Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.

Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.

L'any 2019, vam recollir sota el nom **GOTA a GOTA per la sostenibilitat** tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:

1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de **3.000 menús** amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.

2) Projectes com el iogurt **residu zero**, l'**aigua és vida o el pensa, menja i actua**, es consoliden.

3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer **PMA** (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.

4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal **CIN5**, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lergògens i també amb envasos residu zero.

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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Verdura tricolor Fideuada de peix fresc Fruita de temporada	2 Crema de carbassó Mandonguilles vegetals amb samfaina Fruita de temporada	3 Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca Llenties estofades amb verdures iogurt ecològic	4 Amanida de pasta integral amb vinagreta Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	7 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de verdures i llegum Fruita de temporada	8 Hummus de mongetes seques amb torrades Trita de carbassó i ceba amb daus de tomàquet, all i julivert Fruita de temporada	9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot Hamburguesa vegetal amb daus de carbassó Fruita de temporada	10 Arròs amb salsa de tomàquet Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinag., pera iogurt ecològic	11 Crema de verdures d'aprofitament Pizza de bolonyesa vegetal amb amanida del temps Fruita de temporada
	14 Amanida tres delícies de verdures Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	15 Crema de carbassa Hamburguesa vegetal planxa amb amanida Fruita de temporada	16 Bledes, patata i pastanaga Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	17 Crema de bròquil Cigrons guisats Fruita de temporada	18 Espaguetis italiana Trita de porro i ceba amb amanida del temps iogurt ecològic
	21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert Arròs a la cassola amb verdures i llegum Fruita de temporada	22 Llenties estofades amb poma i carbassa Remenat d'ou amb amanida del temps Fruita de temporada	23 Crema de pastanaga Bacallà forn amb all i julivert amb amanida del temps Fruita de temporada	24 Espirals saltades amb verdures Mandonguilles de llenties amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	25 Arròs saltat amb porro i fonoll Trita de bolets i ceba amb amanida del temps iogurt ecològic
	28 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	29 Arròs amb carbassó, albg, pastga., i oli d'alf., fresca Lluç al forn amb saltat de porro i amanida del temps Fruita de temporada	30 Estofat de mongetes seques Trita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	31 Crema de porro i moniato Hamburguesa vegetal planxa amb pat., fregides Fruita de temporada i panellets	

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE

Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.

Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.

L'any 2019, vam recollir sota el nom **GOTA a GOTA per la sostenibilitat** tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:

1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de **3.000 menús** amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.

2) Projectes com el iogurt **residu zero**, l'**aigua és vida o el pensa, menja i actua**, es consoliden.

3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer **PMA** (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.

4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal **CIN5**, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lèrgens i també amb envasos residu zero.

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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Verdura tricolor Fideuada (pasta s/g) de peix fresc Fruita de temporada	2 Crema de carbassó Mandonguilles de vedella (s/g) amb samfaina Fruita de temporada	3 Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida del temps iogurt sense lactosa	4 Amanida de pasta integral (s/g-s/form..) amb vinagreta Cigrons (s/g) sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	7 Arròs amb verdures de temporada a daus Estofat de carn de porc (s/g) Fruita de temporada	8 Hummus de mongetes seques (s/al·lèrg.) Trita de carbassó i ceba (s/al·lèrg.), daus de tom., Fruita de temporada	9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó Fruita de temporada	10 Arròs amb salsa de tomàquet Maires fresq. andalusa (s/al·lèrg.) i amanida i vinag., iogurt sense lactosa	11 Crema de verdures d'aprofitament Pizza de bolo., vegetal (s/g-s/form..) i amanida Fruita de temporada
	14 Amanida tres delícies de verdures Lluç al forn (s/al·lèrg.) sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	15 Crema de carbassa Hamburg. vedella a la planxa amb mongetes seques (s/g) Fruita de temporada	16 Bledes, patata i pastanaga Llenties (s/g) estofades amb arròs Fruita de temporada	17 Cigrons (s/g) guisats Pollastre (s/al·lèrg.) amb salsa de verdures Fruita de temporada	18 Espaguetis (s/g) italiana (s/form..) Trita de porro i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida iogurt sense lactosa
	21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert Arròs a la cassola amb magre de porc Fruita de temporada	22 Llenties (s/g) estofades amb poma i carbassa Pollastre al forn (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	23 Crema de pastanaga Bacallà forn (s/al·lèrg.) amb all i julivert i amanida Fruita de temporada	24 Pasta (s/g-s/form..) saltada amb verdures Mandonguilles de Llenties (s/g) amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	25 Arròs saltat amb porro i fonoll Trita de bolets i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida iogurt sense lactosa
	28 Macarrons (s/g-s/form..) a la napolitana Falafels (s/g) amb enciam (s.s/iogurt) Fruita de temporada	29 Arròs amb carbassó, albg., pastga., i oli d'alf., fresca Lluç al forn (s/al·lèrg.) amb saltat de porro i amanida Fruita de temporada	30 Estofat de mongetes seques (s/g) Trita de patata i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida Fruita de temporada	31 Crema de porro i moniato Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb pat., fregides (s/al·lèrg.) Fruita de temporada i postres dolces (s/al·lèrg.)	

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE

Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.

Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.

L'any 2019, vam recollir sota el nom **GOTA a GOTA per la sostenibilitat** tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:

1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de **3.000 menús** amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.

2) Projectes com el iogurt **residu zero**, l'**aigua és vida o el pensa, menja i actua**, es consoliden.

3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer **PMA** (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.

4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal **CIN5**, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lergògens i també amb envasos residu zero.

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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Verdura tricolor Fideuada (pasta s/g) de peix fresc Fruita de temporada	2 Crema de carbassó Mandonguilles de vedella (s/g) amb samfaina Fruita de temporada	3 Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida del temps iogurt ecològic	4 Amanida de pasta (s/g) integral amb vinagreta Cigrons (s/g) sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	7 Arròs amb verdures de temporada a daus Estofat de carn de porc (s/g) Fruita de temporada	8 Hummus de mongetes seques (s/al·lèrg.) Trita de carbassó i ceba (s/al·lèrg.), daus de tom., Fruita de temporada	9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó Fruita de temporada	10 Arròs amb salsa de tomàquet Maires fresq. andalusa (s/al·lèrg.) i amanida i vinag., iogurt ecològic	11 Crema de verdures d'aprofitament Pizza de bolo., vegetal (s/g) amb amanida del temps Fruita de temporada
	14 Amanida tres delícies de verdures Lluç al forn (s/al·lèrg.) sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	15 Crema de carbassa Hamburg. vedella a la planxa amb mongetes seques (s/g) Fruita de temporada	16 Bledes, patata i pastanaga Llenties (s/g) estofades amb arròs Fruita de temporada	17 Cigrons (s/g) guisats Pollastre (s/al·lèrg.) amb salsa de verdures Fruita de temporada	18 Espaguetis (s/g) italiana Trita de porro i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida iogurt ecològic
	21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert Arròs a la cassola amb magre de porc Fruita de temporada	22 Llenties (s/g) estofades amb poma i carbassa Pollastre al forn (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	23 Crema de pastanaga Bacallà forn (s/al·lèrg.) amb all i julivert i amanida Fruita de temporada	24 Pasta (s/g) saltada amb verdures Mandonguilles de Llenties (s/g) amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	25 Arròs saltat amb porro i fonoll Trita de bolets i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida iogurt ecològic
	28 Macarrons (s/g) a la napolitana Falafels (s/g) amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	29 Arròs amb carbassó, albg., pastga., i oli d'alf., fresca Lluç al forn (s/al·lèrg.) amb saltat de porro i amanida Fruita de temporada	30 Estofat de mongetes seques (s/g) Trita de patata i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida Fruita de temporada	31 Crema de porro i moniato (s/g) Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb pat., fregides (s/al·lèrg.) Fruita de temporada i postres dolces (s/al·lèrg.)	

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE

Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.

Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.

L'any 2019, vam recollir sota el nom **GOTA a GOTA per la sostenibilitat** tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:

1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de **3.000 menús** amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.

2) Projectes com el iogurt **residu zero**, l'**aigua és vida o el pensa, menja i actua**, es consoliden.

3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer **PMA** (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.

4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal **CIN5**, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lèrgens i també amb envasos residu zero.

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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Verdura tricolor Fideuada de peix fresc Fruita de temporada	2 Crema de carbassó Mandonguilles de vedella amb samfaina Fruita de temporada	3 Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida del temps iogurt sense lactosa	4 Amanida de pasta integral (s/form..) amb vinagreta Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	7 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de carn de porc Fruita de temporada	8 Hummus de mongetes seques (s/al·lèrg.) Trita de carbassó i ceba (s/al·lèrg.), daus de tom., Fruita de temporada	9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó Fruita de temporada	10 Arròs amb salsa de tomàquet Maires fresq. andalusa (s/al·lèrg.) i amanida i vinag., iogurt sense lactosa	11 Crema de verdures d'aprofitament Pizza de bolo., vegetal (s/form..) i amanida del temps Fruita de temporada
	14 Amanida tres delícies de verdures Lluç al forn (s/al·lèrg.) sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	15 Crema de carbassa Hamburg. vedella a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Bledes, patata i pastanaga Llenties estofades amb arròs Fruita de temporada	17 Cigrons guisats Pollastre (s/al·lèrg.) amb salsa de verdures Fruita de temporada	18 Espaguetis italiana (s/form..) Trita de porro i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida iogurt sense lactosa
	21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert Arròs a la cassola amb magre de porc Fruita de temporada	22 Llenties estofades amb poma i carbassa Pollastre al forn (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	23 Crema de pastanaga Bacallà forn (s/al·lèrg.) amb all i julivert i amanida Fruita de temporada	24 Espirals saltades amb verdures (s/form..) Mandonguilles de llenties amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	25 Arròs saltat amb porro i fonoll Trita de bolets i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida iogurt sense lactosa
	28 Macarrons a la napolitana (s/form..) Falafels amb enciam (s/s.iogurt) Fruita de temporada	29 Arròs amb carbassó, alb., pastga., i oli d'alf., fresca Lluç al forn (s/al·lèrg.) amb saltat de porro i amanida Fruita de temporada	30 Estofat de mongetes seques Trita de patata i ceba (s/al·lèrg.) amb amanida Fruita de temporada	31 Crema de porro i moniato Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb pat.,fregides (s/al·lèrg.) Fruita de temporada i postres dolces (s/al·lèrg.)	

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE

Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.

Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.

L'any 2019, vam recollir sota el nom **GOTA a GOTA per la sostenibilitat** tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:

1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de 3.000 menús amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.

2) Projectes com el iogurt residu zero, l'aigua és vida o el pensa, menja i actua, es consoliden.

3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer PMA (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.

4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal CINS5, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lergògens i també amb envasos residu zero.

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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Verdura tricolor Fideuada de peix fresc Fruita de temporada	2 Crema de carbassó Mandonguilles de vedella amb samfaina Fruita de temporada	3 Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca Pollastre rostit amb herbes provençals i amanida iogurt ecològic	4 Amanida de pasta integral amb vinagreta Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	7 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de carn de porc Fruita de temporada	8 Hummus de mongetes seques amb torrades Trita de carbassó i ceba amb daus de tomàquet, all i julivert Fruita de temporada	9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot Pollastre rostit amb daus de carbassó Fruita de temporada	10 Arròs amb salsa de tomàquet Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinag., pera iogurt ecològic	11 Crema de verdures d'aprofitament Pizza de tom., form., olives, alf., i amanida Fruita de temporada
	14 Amanida tres delícies de verdures Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	15 Crema de carbassa Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Bledes, patata i pastanaga Gall dindi estofat amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	17 Cigrons guisats Pollastre amb salsa de verdures Fruita de temporada	18 Espaguetis italiana Trita de porro i ceba amb amanida del temps iogurt ecològic
	21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert Arròs a la cassola amb magre de porc Fruita de temporada	22 Patates estofades amb poma i carbassa Pollastre al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	23 Crema de pastanaga Bacallà forn amb all i julivert amb amanida del temps Fruita de temporada	24 Espirals saltades amb verdures Mandonguilles de cigrons amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	25 Arròs saltat amb porro i fonoll Trita de bolets i ceba amb amanida del temps iogurt ecològic
	28 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	29 Arròs amb carbassó, albg., pastga., i oli d'alf., fresca Lluç al forn amb saltat de porro i amanida del temps Fruita de temporada	30 Estofat de mongetes seques Trita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	31 Crema de porro i moniato Pollastre rostit amb patates fregides Fruita de temporada i panellets	

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

OCTUBRE

Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.

Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.

L'any 2019, vam recollir sota el nom **GOTA a GOTA per la sostenibilitat** tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:

1) Ja a l'any 2015 vam ser impulsors d'uns dels primers circuits curts de comercialització. Enguany, conjuntament amb Tresterres, Cooperativa de productors/es agroecològics servirem més de **3.000 menús** amb verdures i hortalisses ecològiques, comprades directament als productors, sense intermediaris.

2) Projectes com el iogurt residu zero, l'aigua és vida o el pensa, menja i actua, es consoliden.

3) El curs 2022-2023, vam elaborar el nostre primer PMA (pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari) i ja estem veient alguns resultats interessants.

4) Aquest curs hem iniciat la col·laboració amb l'obrador de proteïna vegetal CINS, que també té com a eix de treball la sostenibilitat i amb una proposta de producte molt innovadora: certificat eco, sense al·lergògens i també amb envasos residu zero.

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

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Verdura tricolor Fideuada de peix fresc Fruita de temporada	2 Crema de carbassó Mandonguilles de vedella amb samfaina Fruita de temporada	3 Arròs saltat amb all i alfàbrega fresca Pollastre rostit amb herbes provençals i amanida iogurt ecològic	4 Amanida de pasta integral amb vinagreta Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	7 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de verdures i llegum Fruita de temporada	8 Hummus de mongetes seques amb torrades Trita de carbassó i ceba amb daus de tomàquet, all i julivert Fruita de temporada	9 Amanida patata amb vinagreta de pebrot Pollastre rostit amb daus de carbassó Fruita de temporada	10 Arròs amb salsa de tomàquet Maires fresques a l'andalusa amb amanida i vinag., pera iogurt ecològic	11 Crema de verdures d'aprofitament Pizza de bolonyesa vegetal amb amanida del temps Fruita de temporada
	14 Amanida tres delícies de verdures Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all Fruita de temporada	15 Crema de carbassa Hamburguesa de vedella a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	16 Bledes, patata i pastanaga Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	17 Cigrons guisats Pollastre amb salsa de verdures Fruita de temporada	18 Espaguetis italiana Trita de porro i ceba amb amanida del temps iogurt ecològic
	21 Verdura tricolor amb oli d'all i julivert Arròs a la cassola amb verdures i llegum Fruita de temporada	22 Llenties estofades amb poma i carbassa Pollastre al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	23 Crema de pastanaga Bacallà forn amb all i julivert amb amanida del temps Fruita de temporada	24 Espirals saltades amb verdures Mandonguilles de llenties amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	25 Arròs saltat amb porro i fonoll Trita de bolets i ceba amb amanida del temps iogurt ecològic
	28 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	29 Arròs amb carbassó, albg., pastga., i oli d'alf., fresca Lluç al forn amb saltat de porro i amanida del temps Fruita de temporada	30 Estofat de mongetes seques Trita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	31 Crema de porro i moniato Pollastre rostit amb patates fregides Fruita de temporada i panellets	

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.