



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Llenguadina arrebossada amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>7</b></p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
		<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Trinxat de col amb oli d'allis</p> <p>Pollastre arrebossat amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Estofat de mongetes seques</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamb.mixta amb ceba caramel·litazada i enciam</p> <p>logurt ecològic</p>
<p><b>1</b>.Respectar la sensació de gana i societat que presenti l'infant.</p>	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons napolitana</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega</p> <p>Cigrons guisats amb carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Hummus de mongetes seques amb torrades</p> <p>Llenguadina a l'andalusa i amanida del temps</p> <p>Crema La Fageda</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'allis tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb peix</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>2</b>.Es preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</p>	<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Pizza de pernil dolç amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de pescadors</p> <p>Pollastre al curri amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Maires a l'andalusa amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de tomàquet i toc de remolatxa</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>3</b>.Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</p>	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				
<p><b>4</b>.Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</p>					
<p><b>5</b>.Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</p>					
<p><b>6</b>.Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</p>					
<p><b>7</b>.Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</p>					
<p><b>8</b>.Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</p>					
<p><b>9</b>.Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</p>					



**Link**

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.



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p> <p>1. Respectar la sensació de gana i sacietat que presenti l'infant.</p> <p>2. Es preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</p> <p>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</p> <p>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</p> <p>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</p> <p>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</p> <p>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</p> <p>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</p> <p>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Sopa minestrone</p> <p>Cuetes de rap amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>5</b></p> <p>Patata i pèsol</p> <p>Salmó al forn amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cus cús amb verdures</p> <p>Truita d'espínacs amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b></p> <p>Espinacs saltats amb panses i ametlles torrades</p> <p>Llom a la planxa amb enciams variats</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>10</b></p> <p>Mongeta i patata bullida</p> <p>Truita francesa amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Minestra de verdures</p> <p>Hamburg. de cigrons i verd., amb pastga., i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>12</b></p> <p>Macarrons amb salsa de tomàquet</p> <p>Gall dindi a la planxa amb amanida d'escarola i ravenets</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Arròs especiat</p> <p>Bacallà amb samfaina</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b></p> <p>Patates gartinades amb encenalls de pernil</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb enciam i cogombre</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>17</b></p> <p>Cols de Brussel·les amb moniato</p> <p>Lluç al forn amb carbassó</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Brotxetes de verdures i carbassa</p> <p>Pollastre a les fines herbes amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de verdures</p> <p>Ous farcits amb enciam i tomàquet</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>20</b></p> <p>Sopa de pistons</p> <p>Hamburg., casolana de lleties amb verd., i enciams variats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Crema de pastanaga amb crostons de pa</p> <p>Llom a la planxa amb enciam i cogombre</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>24</b></p> <p>Llacets amb oli i orenga</p> <p>Sípia amb all i julivert amb enciam i pastanaga ratllada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Bròquil, patata i pastanaga</p> <p>Remenat d'ou amb espàrrecs</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Trinxat de col</p> <p>Croquetes casolanes de xampis al forn, enciam i tom.,</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>27</b></p> <p>Crema d'espínacs</p> <p>Truita de formatge amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b></p> <p>Fesolets amb alls tendres</p> <p>Gall dindi al forn amb daus de patata i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>31</b></p> <p>Verdures i patata al forn</p> <p>Hamburg. de cigrons i verd., amb pastga., i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>				



*Link*



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p> <p>1. Respectar la sensació de gana i sacietat que presenti l'infant.</p> <p>2. Es preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</p> <p>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</p> <p>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</p> <p>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</p> <p>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</p> <p>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</p> <p>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</p> <p>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet (s/form..)</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cigrans guisats</p> <p>Llenguadina arreb. (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>logurt de soja</p>	<p><b>7</b></p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní fresc</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal (s/form..)</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Trinxat de col amb oli d'allis</p> <p>Pollastre arreb. (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Estofat de mongetes seques</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamb.mixta amb ceba caramel·litazada i enciam</p> <p>logurt de soja</p>	<p><b>14</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de porro</p> <p>Llenties estofades amb arròs</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons napolitana (s/form..)</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega fresca</p> <p>Cigrans guisats amb carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Hummus de mongetes seques (s/torrades)</p> <p>Llenguadina a l'andalusa (s/al·lèrg.) i amanida</p> <p>logurt de soja</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Llom al forn puré de poma (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'allis tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb peix</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Pizza de pernil país (s/form..) amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de pescadors (s/al·lèrg.)</p> <p>Pollastre al forn amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cigrans guisats</p> <p>Maires fresq. andalusa (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>logurt de soja</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis amb s.tom., i toc de remolatxa (s/form..)</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</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.



*Link*



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Llom arrebossat (s/al·lèrg.) amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>7</b></p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní fresc</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
		<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets</p> <p>Mandonguilles vegetals amb xampinyons</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Trinxat de col amb oli d'allis</p> <p>Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.) amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Estofat de mongetes seques</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamb.mixta amb ceba caramel·litazada i enciam</p> <p>logurt ecològic</p>
<p><b>1. Respectar la sensació de gana i societat que presenti l'infant.</b></p>	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons napolitana</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega fresca</p> <p>Cigrons guisats amb carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Hummus de mongetes seques amb torrades</p> <p>Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.) amb amanida del temps</p> <p>Crema La Fageda</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'allis tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb pèsols i verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>2. Es preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</b></p>	<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní fresc</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Pizza de pernil dolç amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa vegetal d'arròs</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Llom arrebossat (s/al·lèrg.) amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de tomàquet i toc de remolatxa</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</b></p>	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				
<p><b>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</b></p>					
<p><b>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</b></p>					
<p><b>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</b></p>					
<p><b>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</b></p>					
<p><b>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</b></p>					
<p><b>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</b></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.



**Link**



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Llom arrebossat (s/al·lèrg.) amb amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>7</b></p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
		<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets</p> <p>Mandonguilles vegetals amb xampinyons</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Trinxat de col amb oli d'all</p> <p>Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.) amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Estofat de mongetes seques</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamb.mixta amb ceba caramel·litazada i enciam</p> <p>logurt sense lactosa</p>
<p><b>1. Respectar la sensació de gana i sacietat que presenti l'infant.</b></p>	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons napolitana</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega</p> <p>Cigrons guisats amb carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Hummus de mongetes seques amb torrades</p> <p>Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.) amb amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Llom al forn amb puré de poma (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'alls tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb pèsols i verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>2. Es preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</b></p>	<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Pizza de pernil dolç amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa vegetal d'arròs</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Llom arrebossat (s/al·lèrg.) amb amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de tomàquet i toc de remolatxa</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</b></p>	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				
<p><b>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</b></p>					
<p><b>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</b></p>					
<p><b>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</b></p>					
<p><b>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</b></p>					
<p><b>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</b></p>					
<p><b>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</b></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.



**Link**



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada (no mong.verda)</p> <p>Pollastre al forn amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Llenguadina arreb. (s/al·lèrg.) i amanida (s/tom., cru)</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>7</b></p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>
		<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets</p> <p>Lluç al forn ambamanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p><b>11</b></p> <p>Trinxat de col amb oli d'all</p> <p>Pollastre arreb. (s/al·lèrg.) i amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p><b>12</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Truita paisana amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamb.mixta amb ceba caramel·litazada i enciam</p> <p>logurt ecològic</p>
<p><b>1. Respectar la sensació de gana i societat que presenti l'infant.</b></p>	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons napolitana</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p><b>18</b></p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega</p> <p>Cigrons guisats amb carbassa</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p><b>19</b></p> <p>Pasta integral amb salsa de verdures</p> <p>Llenguadina a l'andalusa amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Llom al forn amb puré de poma (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p><b>21</b></p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'alls tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb peix</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>
<p><b>2. Es preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</b></p>	<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní (no mong.verda)</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures de temporada (no mong.verda)</p> <p>Pizza de pernil dolç amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de pescadors</p> <p>Pollastre al curri amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Maires a l'andalusa amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de tomàquet i toc de remolatxa</p> <p>Remenat de porros amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>
<p><b>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</b></p>	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida (s/tom., cru)</p> <p>Fruita tolerada sense pell</p>				
<p><b>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</b></p>					
<p><b>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</b></p>					
<p><b>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</b></p>					
<p><b>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</b></p>					
<p><b>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</b></p>					
<p><b>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</b></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.



**Link**



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet (salsa a part)</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cigrons guisats (verdures triturades)</p> <p>Llenguadina arrebossada amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>7</b></p> <p>Crema de coliflor, patata i moniato</p> <p>Macarrons amb bolonyesa de carn magre</p> <p>Fruita de temporada</p>
		<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Crema de col i patata</p> <p>Pollastre arrebossat amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Estofat de mongetes seques (verdures triturades)</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamb. mixta amb ceba caramel·litazada i enciam</p> <p>logurt ecològic</p>
<p><b>1</b>. Respectar la sensació de gana i sacietat que presenti l'infant.</p>	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons napolitana (salsa a part)</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Crema de bledes i patata</p> <p>Cigrons guisats amb carbassa (verdures triturades)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Hummus de mongetes seques amb torrades</p> <p>Llenguadina a l'andalusa i amanida del temps</p> <p>Crema La Fageda</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba (salsa a part)</p> <p>Llom al forn amb puré de poma (llom, i puré per separat)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Crema de bròquil i patata</p> <p>Arròs a la cassola amb peix</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>2</b>. És preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</p>	<p><b>24</b></p> <p>Crema de pastanaga</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral (verdures triturades)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Llom al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de pescadors</p> <p>Pollastre al curri amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cigrons guisats (verdures triturades)</p> <p>Maires a l'andalusa amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de tom., i toc de remol., (salsa a part)</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>3</b>. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</p>	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				
<p><b>4</b>. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</p>					
<p><b>5</b>. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</p>					
<p><b>6</b>. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</p>					
<p><b>7</b>. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</p>					
<p><b>8</b>. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</p>					
<p><b>9</b>. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</p>					



**Link**

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.



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p> <p>1. Respectar la sensació de gana i sacietat que presenti l'infant.</p> <p>2. És preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</p> <p>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</p> <p>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</p> <p>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</p> <p>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</p> <p>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</p> <p>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</p> <p>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Pollastre (halal) al forn amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Llenguadina arrebossada amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>7</b></p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets (brou vegetal)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Trinxat de col amb oli d'allis</p> <p>Pollastre (halal) arrebossat amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Estofat de mongetes seques</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamb. de vedella (halal) amb ceba caramel., i enciam</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>14</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de porro</p> <p>Llenties estofades amb arròs i toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons napolitana</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega</p> <p>Cigrons guisats amb carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Hummus de mongetes seques amb torrades</p> <p>Llenguadina a l'andalusa i amanida del temps</p> <p>Crema La Fageda</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Pollastre (halal) al forn amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'allis tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb peix</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Pizza de bolonyesa vegetal amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de pescadors</p> <p>Pollastre (halal) al curri amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Maires a l'andalusa amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de tomàquet i toc de remolatxa</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</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.



**Link**





MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Arròs saltat amb bròquil</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>7</b></p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
		<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets (brou vegetal)</p> <p>Mandonguilles vegetals amb xampinyons</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Trinxat de col amb oli d'allis</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Estofat de mongetes seques</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamburguesa vegetal amb ceba caramel·litzada i enciam</p> <p>logurt ecològic</p>
<p><b>1. Respectar la sensació de gana i societat que presenti l'infant.</b></p>	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons napolitana</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega</p> <p>Cigrons guisats amb carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Hummus de mongetes seques amb torrades</p> <p>Tallarines amb salsa de verdures</p> <p>Crema La Fageda</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Hamburguesa vegetal amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'allis tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb pèsols i verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>2. Es preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</b></p>	<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Pizza de bolonyesa vegetal i amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa vegetal d'arròs</p> <p>Mandonguilles vegetals amb xampinyons</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Arròs saltat amb bròquil</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de tomàquet i toc de remolatxa</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</b></p>	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				
<p><b>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</b></p>					
<p><b>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</b></p>					
<p><b>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</b></p>					
<p><b>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</b></p>					
<p><b>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</b></p>					
<p><b>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</b></p>					



**Link**

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.



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p> <p>1. Respectar la sensació de gana i sacietat que presenti l'infant.</p> <p>2. És preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</p> <p>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</p> <p>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</p> <p>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</p> <p>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</p> <p>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</p> <p>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</p> <p>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</p>	<p>3</p> <p><b>Festa</b></p>	<p>4</p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>5</p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Llenguadina arrebossada amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>7</p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>10</p> <p>Sopa de galets (brou vegetal)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11</p> <p>Trinxat de col amb oli d'all</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12</p> <p>Estofat de mongetes seques</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13</p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamburguesa vegetal amb ceba caramel·litada i enciam</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>14</p> <p>Verdura tricolor amb oli de porro</p> <p>Llenties estofades amb arròs i toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>17</p> <p>Macarrons napolitana</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18</p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega</p> <p>Cigrons guisats amb carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19</p> <p>Hummus de mongetes seques amb torrades</p> <p>Llenguadina a l'andalusa i amanida del temps</p> <p>Crema La Fageda</p>	<p>20</p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Hamburguesa vegetal amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21</p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'alls tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb peix</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>24</p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25</p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Pizza de bolonyesa vegetal i amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26</p> <p>Sopa de pescadors</p> <p>Mandonguilles vegetals amb xampinyons</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Maires a l'andalusa amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>28</p> <p>Espaguetis amb salsa de tomàquet i toc de remolatxa</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>31</p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</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.



**Link**



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p> <p>1. Respectar la sensació de gana i sacietat que presenti l'infant.</p> <p>2. Es preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</p> <p>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</p> <p>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</p> <p>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</p> <p>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</p> <p>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</p> <p>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</p> <p>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Pasta (s/g) amb salsa de tomàquet (s/form..)</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cigrons (s/g) guisats</p> <p>Llenguadina arreb. (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>7</b></p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní fresc</p> <p>Macarrons (s/g) amb bolonyesa vegetal (s/form..)</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets (s/g)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Trinxat de col amb oli d'all</p> <p>Pollastre arreb. (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Estofat de mongetes seques (s/g)</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamb.mixta amb ceba caramel·litazada i enciam</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>14</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de porro</p> <p>Llenties (s/g) estofades amb arròs</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons (s/g) napolitana (s/form..)</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega fresca</p> <p>Cigrons (s/g) guisats amb carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Hummus de mongetes seques (s/g) (s/torrades)</p> <p>Llenguadina andalusa (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Llom al forn amb puré de poma (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'alls tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb peix</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní fresc</p> <p>Llenties (s/g) estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Pizza (s/g) de pernil país (s/form..) amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de pescadors (s/al·lèrg.)</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cigrons (s/g) guisats</p> <p>Maires andalusa (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis (s/g) amb salsa de tom., i toc de remol., (s/form..)</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</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.



**Link**



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p> <p>1. Respectar la sensació de gana i sacietat que presenti l'infant.</p> <p>2. Es preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</p> <p>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</p> <p>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</p> <p>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</p> <p>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</p> <p>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</p> <p>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</p> <p>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Pasta (s/g) amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cigrons (s/g) guisats</p> <p>Llenguadina arreb. (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>7</b></p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní fresc</p> <p>Macarrons (s/g) amb bolonyesa vegetal i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets (s/g)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Trinxat de col amb oli d'all</p> <p>Pollastre arreb. (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Estofat de mongetes seques</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamb.mixta amb ceba caramel·litazada i enciam</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>14</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de porro</p> <p>Llenties (s/g) estofades amb arròs</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons (s/g) napolitana</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega fresca</p> <p>Cigrons (s/g) guisats amb carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Hummus de mongetes seques (s/g) (s/torrades)</p> <p>Llenguadina andalusa (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>Crema La Fageda</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Llom al forn amb puré de poma (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'alls tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb peix</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní fresc</p> <p>Llenties (s/g) estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Pizza (s/g) de pernil dolç amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de pescadors (s/al·lèrg.)</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cigrons (s/g) guisats</p> <p>Maires andalusa (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis (s/g) amb salsa de tomàquet i toc de remolatxa</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</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.



**Link**



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p> <p>1. Respectar la sensació de gana i sacietat que presenti l'infant.</p> <p>2. Es preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</p> <p>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</p> <p>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</p> <p>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</p> <p>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</p> <p>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</p> <p>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</p> <p>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet (s/form..)</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cigrans guisats</p> <p>Llenguadina arreb. (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>7</b></p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní fresc</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal (s/form..)</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Trinxat de col amb oli d'all</p> <p>Pollastre arreb. (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Estofat de mongetes seques</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamb.mixta amb ceba caramel·litazada i enciam</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>14</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de porro</p> <p>Llenties estofades amb arròs</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons napolitana (s/form..)</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega fresca</p> <p>Cigrans guisats amb carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Hummus de mongetes seques (s/torrades)</p> <p>Llenguadina a l'andalusa (s/al·lèrg.) i amanida</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Llom al forn puré de poma (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'alls tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb peix</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Pizza de pernil país (s/form..) amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de pescadors (s/al·lèrg.)</p> <p>Pollastre al forn amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cigrans guisats</p> <p>Maires fresq. andalusa (s/al·lèrg.) amb amanida</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis amb s.tom., i toc de remolatxa (s/form..)</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</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.



**Link**



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p> <p>1. Respectar la sensació de gana i sacietat que presenti l'infant.</p> <p>2. És preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</p> <p>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</p> <p>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</p> <p>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</p> <p>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</p> <p>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</p> <p>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</p> <p>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet</p> <p>Truita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Llenguadina arrebossada amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>7</b></p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní</p> <p>Macarrons amb bolonyesa de carb magre i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Trinxat de col amb oli d'all</p> <p>Pollastre arrebossat amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Estofat de mongetes seques</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamb.mixta amb ceba caramel·litazada i enciam</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>14</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de porro</p> <p>Gall dindi al forn amb arròs</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons napolitana</p> <p>Truita de patata i calçot amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega</p> <p>Cigrons guisats amb carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Hummus de mongetes seques amb torrades</p> <p>Llenguadina a l'andalusa i amanida del temps</p> <p>Crema La Fageda</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'alls tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb peix</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní</p> <p>Gall dindi al forn amb arròs blanc</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Pizza de pernil dolç amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de pescadors</p> <p>Pollastre al curri amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Maires a l'andalusa amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de tomàquet i toc de remolatxa</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				



**Link**

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.



MARÇ	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Presentació de la nova guia "Acompanyem els àpats dels infants"</b></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Ens fa il·lusió informar-vos que l'Agència de Salut Pública va presentar, el passat 22 de gener, la nova guia Acompanyar els àpats dels infants. La guia és una actualització de la que ja va fer l'Agència l'any 2016 i una novetat important és que aquesta edició també va dirigida a les famílies. D'aquesta manera, promou els hàbits alimentaris saludables, tant a casa amb les famílies com en els menjadors escolars, amb els següents consells:</p> <p>1. Respectar la sensació de gana i sacietat que presenti l'infant.</p> <p>2. És preferible que l'infant se serveixi poca quantitat de menjar i que tingui l'opció de repetir.</p> <p>3. Animar a tastar els aliments sense coaccionar, forçar, distreure ni enganyar.</p> <p>4. Els aliments no s'han de fer servir com a mesures de càstig o de recompensa.</p> <p>5. Fomentar la participació i la transmissió de valors, hàbits i responsabilitats adaptats a l'edat de l'infant.</p> <p>6. Deixar temps per menjar amb tranquil·litat, però sense que se superi el temps raonable per gaudir de l'àpat.</p> <p>7. Garantir, com a mínim, un àpat al dia a taula i amb família.</p> <p>8. Assegurar que tots els àpats siguin sense pantalles.</p> <p>9. Mostrar una actitud respectuosa i amorosa cap als infants.</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Festa</b></p>	<p><b>4</b></p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet</p> <p>Trita de moniato i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Llenguadina arrebossada amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>7</b></p> <p>Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>10</b></p> <p>Sopa de galets</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>11</b></p> <p>Trinxat de col amb oli d'all</p> <p>Pollastre arrebossat amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p>Estofat de mongetes seques</p> <p>Trita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Hamb. de vedella amb ceba caramel., i enciam</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>14</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de porro</p> <p>Llenties estofades amb arròs i toc de comí</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>17</b></p> <p>Macarrons napolitana</p> <p>Trita de patata i calçot amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>18</b></p> <p>Bledes i patata amb oli d'alfàbrega</p> <p>Cigrons guisats amb carbassa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b></p> <p>Hummus de mongetes seques amb torrades</p> <p>Llenguadina a l'andalusa i amanida del temps</p> <p>Crema La Fageda</p>	<p><b>20</b></p> <p>Arròs amb salsa de pastanaga i ceba</p> <p>Pollastre al forn amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b></p> <p>Bròquil i patata bullida amb oli d'alls tendres</p> <p>Arròs a la cassola amb peix</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>24</b></p> <p>Verdura tricolor amb oli de romaní</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crema de verdures del temps</p> <p>Pizza de bolonyesa vegetal amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de pescadors</p> <p>Pollastre al curri amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Maires a l'andalusa amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>28</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de tomàquet i toc de remolatxa</p> <p>Remenat de porros amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>31</b></p> <p>Arròs caldós amb carbassa</p> <p>Trita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</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.



**Link**