

DESEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Educant també al migdia Menjar junts, descobrir i gaudir El migdia és un temps per a créixer, conviure i aprendre. Per això transformem l'Espai Migdia en una experiència educativa on els infants i joves desenvolupen valors essencials: autonomia, respecte, empatia i convivència. Al voltant de la taula passen coses importants: els infants aprenen a compartir, a respectar el torn de paraula, a provar plats nous i, sobretot, a gaudir del moment de menjar. Educar en l'alimentació també és educar en la convivència. Menjar junts ajuda els infants a desenvolupar habilitats socials, reconèixer les seves preferències i entendre que cada aliment forma part d'una cultura i d'una història. Els nostres menús estan pensats per oferir varietat, qualitat i oportunitats de descoberta: sabors nous, textures diferents, productes de temporada i receptes que fomenten la curiositat gastronòmica. A mesura que s'acosta el final d'any, és un bon moment per a recordar que menjar bé també és compartir, escoltar i gaudir de la companyia. Al menjador escolar, cada àpat pot ser una petita celebració d'això. Des de F.Roca, us desitgem unes bones festes plenes de moments compartits, descobriments gastronòmics i, sobretot, alegria al voltant de la taula.	1 Arròs tres delícies Estofat de gall dindi amb verdures Fruita de temporada	2 Crema de carbassa Truita de patata amb enciam i olives logurt natural	3 Llenties estofades Pollastre a l'allet amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	4 Macarrons integrals a la napolitana Llenguadina a l'andalusa amb enciam i vinagreta de llimona Fruita de temporada	5 Mongeta i patata bullida Pizza de bolo., vegetal, enciam i pastanaga Fruita de temporada
	8 Festa	9 Verdura tricolor Croquetes de pernil amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	10 Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Crema de mongetes seques i carbassa Pollastre a la llimona amb enciam i cogombre Fruita de temporada	12 Arròs amb verdures Lluç sobre llit de carbassó amb enciam i olives negres logurt natural
	15 Bròquil i patata bullida amb oli de porro Hamburguesa mixta amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Llenties estofades amb poma i carbassa Truita paisana amb enciam i olives Fruita de temporada	17 Arròs amb salsa de tomàquet Delícies de lluç amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	18 Mongeta i patata bullida Cigrons guisats amb toc de comí Fruita de temporada	19 DINAR DE NADAL Sopa de galets Pollastre arrebossat amb xips logurt natural
BONES VACANCES					

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.



DESEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Educant també al migdia Menjar junts, descobrir i gaudir El migdia és un temps per a créixer, conviure i aprendre. Per això transformem l'Espai Migdia en una experiència educativa on els infants i joves desenvolupen valors essencials: autonomia, respecte, empatia i convivència. Al voltant de la taula passen coses importants: els infants aprenen a compartir, a respectar el torn de paraula, a provar plats nous i, sobretot, a gaudir del moment de menjar. Educar en l'alimentació també és educar en la convivència. Menjar junts ajuda els infants a desenvolupar habilitats socials, reconèixer les seves preferències i entendre que cada aliment forma part d'una cultura i d'una història. Els nostres menús estan pensats per oferir varietat, qualitat i oportunitats de descoberta: sabors nous, textures diferents, productes de temporada i receptes que fomenten la curiositat gastronòmica. A mesura que s'acosta el final d'any, és un bon moment per a recordar que menjar bé també és compartir, escoltar i gaudir de la companyia. Al menjador escolar, cada àpat pot ser una petita celebració d'això. Des de F.Roca, us desitgem unes bones festes plenes de moments compartits, descobriments gastronòmics i, sobretot, alegria al voltant de la taula.	1 Bròquil i patata bullida Cap de llom al forn amb daus de patata Fruita de temporada	2 Llacets a la italiana Lluç a la planxa amb amanida de l'hort Fruita de temporada	3 Crema vichyssoise Mandonguilles vegetals amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	4 Hummus amb crudités de pastanaga i cogombre Truita de patata amb enciam i remolatxa logurt natural	5 Wok d'arròs amb hortalisses Sèpia a la planxa amb all i julivert i tomàquet amanit Fruita de temporada
	8 Festa	9 Arròs amb salsa de pastanaga Conill al forn amb enciam i olives logurt natural	10 Pèsols saltats amb pernil Ous durs amb beixamel i gratinats Fruita de temporada	11 Cigrons amb espinacs Rap a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	12 Tallarines amb pesto Seitons a l'andalusa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada
	15 Sopa juliana Arancini amb enciam i olives Fruita de temporada	16 Crema de verdures Truita de patata i espinacs amb tomàquet i olives Fruita de temporada	17 Espirals tricolor amb oli d'alfàbrega Salmó a la planxa amb enciam i cogombre Fruita de temporada	18 Torrada de verdura escalivada Aletes de pollastre adobades al forn, enciam i pastanaga Fruita de temporada	19 Cols de Brussel·les amb moniato Bunyols de bacallà amb enciam i remolatxa logurt natural

BONES VACANCES



DESEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Educant també al migdia Menjar junts, descobrir i gaudir El migdia és un temps per a créixer, conviure i aprendre. Per això transformem l'Espai Migdia en una experiència educativa on els infants i joves desenvolupen valors essencials: autonomia, respecte, empatia i convivència. Al voltant de la taula passen coses importants: els infants aprenen a compartir, a respectar el torn de paraula, a provar plats nous i, sobretot, a gaudir del moment de menjar. Educar en l'alimentació també és educar en la convivència. Menjar junts ajuda els infants a desenvolupar habilitats socials, reconèixer les seves preferències i entendre que cada aliment forma part d'una cultura i d'una història. Els nostres menús estan pensats per oferir varietat, qualitat i oportunitats de descoberta: sabors nous, textures diferents, productes de temporada i receptes que fomenten la curiositat gastronòmica. A mesura que s'acosta el final d'any, és un bon moment per a recordar que menjar bé també és compartir, escoltar i gaudir de la companyia. Al menjador escolar, cada àpat pot ser una petita celebració d'això. Des de F.Roca, us desitgem unes bones festes plenes de moments compartits, descobriments gastronòmics i, sobretot, alegria al voltant de la taula.	1 Arròs tres delícies de verdures Estofat de gall dindi amb verdures Fruita de temporada	2 Crema de carbassa Truita de patata amb enciam i olives Fruita de temporada	3 Llenties (s/g) estofades Pollastre a l'allet amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	4 Macarrons (s/g) a la napolitana (s/form..) Llenguadina andalusa (s/al·lèrg.), enciam i vinagreta Fruita de temporada	5 Mongeta i patata bullida Pizza (s/g) de bolo., vegetal (s/form.), enciam i pastga., Fruita de temporada
	8 Festa	9 Verdura tricolor Llom arrebossat (s/al·lèrg.), enciam i pastanaga Fruita de temporada	10 Espaguetis (s/g) amb salsa de tomàquet (s/form..) Truita de patata i ceba amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Crema de mongetes seques i carbassa Pollastre a la llimona amb enciam i cogombre Fruita de temporada	12 Arròs amb verdures Lluç sobre llit de carbassó amb enciam i olives negres Fruita de temporada
	15 Bròquil i patata bullida amb oli de porro Hamburguesa mixta amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Llenties (s/g) estofades amb poma i carbassa Truita paisana amb enciam i olives Fruita de temporada	17 Arròs amb salsa de tomàquet Delícies de lluç (s/al·lèrg.), enciam i pastanaga Fruita de temporada	18 Mongeta i patata bullida Cigrons guisats Fruita de temporada	19 DINAR DE NADAL Sopa de pasta (s/g) Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.) amb xips logurt de soja
BONES VACANCES					



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.

DESEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Educant també al migdia Menjar junts, descobrir i gaudir El migdia és un temps per a créixer, conviure i aprendre. Per això transformem l'Espai Migdia en una experiència educativa on els infants i joves desenvolupen valors essencials: autonomia, respecte, empatia i convivència. Al voltant de la taula passen coses importants: els infants aprenen a compartir, a respectar el torn de paraula, a provar plats nous i, sobretot, a gaudir del moment de menjar. Educar en l'alimentació també és educar en la convivència. Menjar junts ajuda els infants a desenvolupar habilitats socials, reconèixer les seves preferències i entendre que cada aliment forma part d'una cultura i d'una història. Els nostres menús estan pensats per oferir varietat, qualitat i oportunitats de descoberta: sabors nous, textures diferents, productes de temporada i receptes que fomenten la curiositat gastronòmica. A mesura que s'acosta el final d'any, és un bon moment per a recordar que menjar bé també és compartir, escoltar i gaudir de la companyia. Al menjador escolar, cada àpat pot ser una petita celebració d'això. Des de F.Roca, us desitgem unes bones festes plenes de moments compartits, descobriments gastronòmics i, sobretot, alegria al voltant de la taula.	1 Arròs tres delícies de verdures Estofat de gall dindi amb verdures Fruita de temporada	2 Crema de carbassa Truita de patata amb enciam i olives logurt natural	3 Llenties estofades Pollastre a l'allet amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	4 Macarrons integrals a la napolitana Llenguadina a l'andalusa amb enciam i vinagreta de llimona Fruita de temporada	5 Mongeta i patata bullida Pizza de bolo., vegetal, enciam i pastanaga Fruita de temporada
	8 Festa	9 Verdura tricolor Croquetes de bacallà amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	10 Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Crema de mongetes seques i carbassa Pollastre a la llimona amb enciam i cogombre Fruita de temporada	12 Arròs amb verdures Lluç sobre llit de carbassó amb enciam i olives negres logurt natural
	15 Bròquil i patata bullida amb oli de porro Hamburguesa de vedella amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Llenties estofades amb poma i carbassa Truita paisana amb enciam i olives Fruita de temporada	17 Arròs amb salsa de tomàquet Delícies de lluç amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	18 Mongeta i patata bullida Cigrons guisats amb toc de comí Fruita de temporada	19 DINAR DE NADAL Sopa de galets Pollastre arrebossat amb xips logurt natural
BONES VACANCES					

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.

