

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem l'any cuidant-nos: bons hàbits i productes de temporada d'hivern a l'Espai Migdia Després de les vacances i de dies fora de la rutina, gener és un bon moment per a retrobar la calma, l'ordre i els hàbits que ens fan sentir bé. A l'Espai Migdia acompanyem aquest retorn amb una mirada especialment atenta al benestar dels infants i joves. Continuem acompanyant amb calma, proximitat i cura: Fomentem àpats tranquils, afavorint bons hàbits alimentaris i rutines positives per tal de promoure la convivència i la conversa que ajuden els infants i joves a reconnectar amb el seu dia a dia. Menjar ha de ser un moment desitjat, tranquil i saludable. Productes de temporada d'hivern i descoberta gastronòmica: Començar l'any és també una oportunitat per a descobrir tot allò que ens ofereix la natura en aquesta època. A l'Espai Migdia aprofitem els productes de temporada d'hivern per a despertar curiositat i apropar als infants i joves una alimentació més sostenible i saborosa. L'hivern és ple de saviesa, i al menjador l'escoltem amb tots els sentits. Les verdures i hortalisses d'hivern, els llegums, les cremes calentes i els plats de cullera ens permeten treballar textures, colors i sabors que conviden a explorar. La temporada ens ensenya que cada aliment té el seu moment, i que menjar de manera sostenible també és una forma de cuidar-nos i cuidar l'entorn. Continuem transformant el migdia en un espai per a aprendre, tastar i gaudir; un espai on poder créixer i poder ser.				8 Arròs integral amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre amb amanida del temps Fruita de temporada	9 Verdura de temporada amb oli d'alfàbrega Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	12 Tallarines amb salsa d'espinacs Llenguadina milanesa amb amanida del temps Fruita de temporada	13 Crema de carbassa i moniato Daus de gall dindi marinats amb amanida Fruita de temporada	14 Arròs integral amb salsa de verdures Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	15 Llenties estofades Truita de patata i ceba amb amanida del temps Iogurt ecològic	16 Col i patata amb oli d'alls tendres Mandonguilles mixtes a la jardineria Fruita de temporada
	19 Espaguetis integrals amb salsa de verdures Pollastre a l'allet amb amanida del temps Fruita de temporada	20 Cigrons guisats Lluç a l'andalusa amb amanida del temps Fruita de temporada	21 Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga Botifarra a la planxa amb mongetes seques Iogurt ecològic	23 Sopa de pescadors Truita de moniato i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada
	26 Sopa de galets Lluç al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	27 Verdura tricolor amb oli de porro Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	28 Estofat de mongetes seques Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	29 Crema de carbassa Pollastre arrebossat i amanida Iogurt ecològic	30 Arròs integral amb salsa de remolatxa Hamburguesa mixta, ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada



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.

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem l'any cuidant-nos: bons hàbits i productes de temporada d'hivern a l'Espai Migdia Després de les vacances i de dies fora de la rutina, gener és un bon moment per a retrobar la calma, l'ordre i els hàbits que ens fan sentir bé. A l'Espai Migdia acompanyem aquest retorn amb una mirada especialment atenta al benestar dels infants i joves. Continuem acompanyant amb calma, proximitat i cura: Fomentem àpats tranquils, afavorint bons hàbits alimentaris i rutines positives per tal de promoure la convivència i la conversa que ajuden els infants i joves a reconnectar amb el seu dia a dia. Menjar ha de ser un moment desitjat, tranquil i saludable. Productes de temporada d'hivern i descoberta gastronòmica: Començar l'any és també una oportunitat per a descobrir tot allò que ens ofereix la natura en aquesta època. A l'Espai Migdia aprofitem els productes de temporada d'hivern per a despertar curiositat i apropar als infants i joves una alimentació més sostenible i saborosa. L'hivern és ple de saviesa, i al menjador l'escoltem amb tots els sentits. Les verdures i hortalisses d'hivern, els llegums, les cremes calentes i els plats de cullera ens permeten treballar textures, colors i sabors que conviden a explorar. La temporada ens ensenya que cada aliment té el seu moment, i que menjar de manera sostenible també és una forma de cuidar-nos i cuidar l'entorn. Continuem transformant el migdia en un espai per a aprendre, tastar i gaudir; un espai on poder créixer i poder ser.				8 Crema de bròquil Llom al pebre amb tomàquet amanit iogurt natural	9 Macarrons amb salsa de bolets Truita a la francesa amb enciam i cogombre Fruita de temporada
	12 Verdura tricolor Hamburguesa lletia vermella i pastga., enciam i remolatxa Fruita de temporada	13 Minestra de verdures Pollastre al ximixurri amb enciam i olives Fruita de temporada	14 Macarrons alla Norma Remenat d'espàrrecs amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	15 Trinxat de la Cerdanya Rap al forn amb ceba caramel·litzada iogurt natural	16 Sopa de lletres Ous durs amb salsa de tomàquet i amanida Fruita de temporada
	19 Crema de nap i porro Pollastre amb cúrcuma, enciam i blat de moro Fruita de temporada	20 Espirals tricolor a la parmesana Conill a l'allet amb amanida iogurt natural	21 Arròs amb verdures i carxofes confitades Truita d'espínacs amb pastanaga i olives negres Fruita de temporada	22 Mongeta i patata bullida Brotxetes de gall dindi amb verdures Fruita de temporada	23 Llenties amb poma i pastanaga Lluç a la planxa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada
	26 Pèsols saltats amb verdures Calamarcets a l'andalusa amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	27 Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patata i ceba amb enciam i olives Fruita de temporada	28 Sopa minestrone Bacallà amb muselina d'all i amanida iogurt natural	29 Espaguetis amb pesto de bròquil Daus de gall dindi marinats amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	30 Crema de verdures de temporada Arancinis amb amanida Fruita de temporada



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.

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem l'any cuidant-nos: bons hàbits i productes de temporada d'hivern a l'Espai Migdia Després de les vacances i de dies fora de la rutina, gener és un bon moment per a retrobar la calma, l'ordre i els hàbits que ens fan sentir bé. A l'Espai Migdia acompanyem aquest retorn amb una mirada especialment atenta al benestar dels infants i joves. Continuem acompanyant amb calma, proximitat i cura: Fomentem àpats tranquils, afavorint bons hàbits alimentaris i rutines positives per tal de promoure la convivència i la conversa que ajuden els infants i joves a reconnectar amb el seu dia a dia. Menjar ha de ser un moment desitjat, tranquil i saludable. Productes de temporada d'hivern i descoberta gastronòmica: Començar l'any és també una oportunitat per a descobrir tot allò que ens ofereix la natura en aquesta època. A l'Espai Migdia aprofitem els productes de temporada d'hivern per a despertar curiositat i apropar als infants i joves una alimentació més sostenible i saborosa. L'hivern és ple de saviesa, i al menjador l'escoltem amb tots els sentits. Les verdures i hortalisses d'hivern, els llegums, les cremes calentes i els plats de cullera ens permeten treballar textures, colors i sabors que conviden a explorar. La temporada ens ensenya que cada aliment té el seu moment, i que menjar de manera sostenible també és una forma de cuidar-nos i cuidar l'entorn. Continuem transformant el migdia en un espai per a aprendre, tastar i gaudir; un espai on poder créixer i poder ser.				8 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.), amanida del temps Fruita de temporada	9 Verdura de temporada amb oli d'alfàbrega Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	12 Tallarines amb salsa d'espinacs Llenguadina milanesa (s/al·lèrg.) i amanida Fruita de temporada	13 Crema de carbassa i moniato Daus de gall dindi al forn (s/al·lèrg.) amb amanida Fruita de temporada	14 Arròs integral amb salsa de verdures Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	15 Llenties estofades Lluç a la planxa amb amanida del temps Iogurt ecològic	16 Col i patata amb oli d'all tendres Mandonguilles mixtes a la jardinera Fruita de temporada
	19 Espaguetis integrals amb salsa de verdures Pollastre a l'allet amb amanida del temps Fruita de temporada	20 Cigrons guisats Lluç a l'andalusa (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	21 Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga Botifarra a la planxa amb mongetes seques Iogurt ecològic	23 Sopa de pescadors Llenguadina al forn amb amanida del temps Fruita de temporada
	26 Sopa de galets Lluç al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	27 Verdura tricolor amb oli de porro Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	28 Estofat de mongetes seques Llenguadina al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	29 Crema de carbassa Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.) i amanida Iogurt ecològic	30 Arròs integral amb salsa de remolatxa Hamburguesa mixta, ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada



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.

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem l'any cuidant-nos: bons hàbits i productes de temporada d'hivern a l'Espai Migdia Després de les vacances i de dies fora de la rutina, gener és un bon moment per a retrobar la calma, l'ordre i els hàbits que ens fan sentir bé. A l'Espai Migdia acompanyem aquest retorn amb una mirada especialment atenta al benestar dels infants i joves. Continuem acompanyant amb calma, proximitat i cura: Fomentem àpats tranquils, afavorint bons hàbits alimentaris i rutines positives per tal de promoure la convivència i la conversa que ajuden els infants i joves a reconnectar amb el seu dia a dia. Menjar ha de ser un moment desitjat, tranquil i saludable. Productes de temporada d'hivern i descoberta gastronòmica: Començar l'any és també una oportunitat per a descobrir tot allò que ens ofereix la natura en aquesta època. A l'Espai Migdia aprofitem els productes de temporada d'hivern per a despertar curiositat i apropar als infants i joves una alimentació més sostenible i saborosa. L'hivern és ple de saviesa, i al menjador l'escoltem amb tots els sentits. Les verdures i hortalisses d'hivern, els llegums, les cremes calentes i els plats de cullera ens permeten treballar textures, colors i sabors que conviden a explorar. La temporada ens ensenya que cada aliment té el seu moment, i que menjar de manera sostenible també és una forma de cuidar-nos i cuidar l'entorn. Continuem transformant el migdia en un espai per a aprendre, tastar i gaudir; un espai on poder créixer i poder ser.				8 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.) i amanida del temps Fruita de temporada	9 Verdura de temporada amb oli d'alfàbrega Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	12 Tallarines amb salsa d'espinacs Llenguadina milanesa (s/al·lèrg.) i amanida Fruita de temporada	13 Crema de carbassa i moniato Daus de gall dindi al forn (s/al·lèrg.) amb amanida Fruita de temporada	14 Arròs integral amb salsa de verdures Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	15 Llenties estofades Truita de patata i ceba amb amanida del temps Iogurt ecològic	16 Col i patata amb oli d'alls tendres Mandonguilles mixtes a la jardineria Fruita de temporada
	19 Espaguetis integrals amb salsa de verdures Pollastre a l'allet amb amanida del temps Fruita de temporada	20 Cigrons guisats Lluç a l'andalusa (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	21 Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga Botifarra a la planxa amb mongetes seques Iogurt ecològic	23 Sopa de pescadors Truita de moniato i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada
	26 Sopa de galets Lluç al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	27 Verdura tricolor amb oli de porro Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	28 Estofat de mongetes seques Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	29 Crema de carbassa Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.) i amanida Iogurt ecològic	30 Arròs integral amb salsa de remolatxa Hamburguesa mixta, ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada



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.

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem l'any cuidant-nos: bons hàbits i productes de temporada d'hivern a l'Espai Migdia Després de les vacances i de dies fora de la rutina, gener és un bon moment per a retrobar la calma, l'ordre i els hàbits que ens fan sentir bé. A l'Espai Migdia acompanyem aquest retorn amb una mirada especialment atenta al benestar dels infants i joves. Continuem acompanyant amb calma, proximitat i cura: Fomentem àpats tranquils, afavorint bons hàbits alimentaris i rutines positives per tal de promoure la convivència i la conversa que ajuden els infants i joves a reconnectar amb el seu dia a dia. Menjar ha de ser un moment desitjat, tranquil i saludable. Productes de temporada d'hivern i descoberta gastronòmica: Començar l'any és també una oportunitat per a descobrir tot allò que ens ofereix la natura en aquesta època. A l'Espai Migdia aprofitem els productes de temporada d'hivern per a despertar curiositat i apropar als infants i joves una alimentació més sostenible i saborosa. L'hivern és ple de saviesa, i al menjador l'escoltem amb tots els sentits. Les verdures i hortalisses d'hivern, els llegums, les cremes calentes i els plats de cullera ens permeten treballar textures, colors i sabors que conviden a explorar. La temporada ens ensenya que cada aliment té el seu moment, i que menjar de manera sostenible també és una forma de cuidar-nos i cuidar l'entorn. Continuem transformant el migdia en un espai per a aprendre, tastar i gaudir; un espai on poder créixer i poder ser.				8 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.), amanida del temps Fruita de temporada	9 Verdura de temporada amb oli d'alfàbrega Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	12 Tallarines amb salsa d'espínacs (s/form.) Truita a la francesa i amanida Fruita de temporada	13 Crema de carbassa i moniato Daus de gall dindi al forn (s/al·lèrg.) amb amanida Fruita de temporada	14 Arròs integral amb salsa de verdures Falafels amb salsa de tomàquet i enciam Fruita de temporada	15 Llenties estofades Truita de patata i ceba amb amanida del temps logurt sense lactosa	16 Col i patata amb oli d'alls tendres Mandonguilles mixtes a la jardineria Fruita de temporada
	19 Espaguetis integrals amb salsa de verdures (s/form.) Pollastre a l'allet amb amanida del temps Fruita de temporada	20 Cigrons guisats Truita a la francesa amb amanida del temps Fruita de temporada	21 Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní Macarrons amb bolonyesa vegetal (s/form.) Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga Botifarra a la planxa amb mongetes seques logurt sense lactosa	23 Sopa vegetal d'arròs Truita de moniato i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada
	26 Sopa de galets Truita a la francesa amb amanida del temps Fruita de temporada	27 Verdura tricolor amb oli de porro Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	28 Estofat de mongetes seques Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	29 Crema de carbassa Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.) i amanida logurt sense lactosa	30 Arròs integral amb salsa de remolatxa Hamburguesa mixta, ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada



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.

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem l'any cuidant-nos: bons hàbits i productes de temporada d'hivern a l'Espai Migdia Després de les vacances i de dies fora de la rutina, gener és un bon moment per a retrobar la calma, l'ordre i els hàbits que ens fan sentir bé. A l'Espai Migdia acompanyem aquest retorn amb una mirada especialment atenta al benestar dels infants i joves. Continuem acompanyant amb calma, proximitat i cura: Fomentem àpats tranquils, afavorint bons hàbits alimentaris i rutines positives per tal de promoure la convivència i la conversa que ajuden els infants i joves a reconnectar amb el seu dia a dia. Menjar ha de ser un moment desitjat, tranquil i saludable. Productes de temporada d'hivern i descoberta gastronòmica: Començar l'any és també una oportunitat per a descobrir tot allò que ens ofereix la natura en aquesta època. A l'Espai Migdia aprofitem els productes de temporada d'hivern per a despertar curiositat i apropar als infants i joves una alimentació més sostenible i saborosa. L'hivern és ple de saviesa, i al menjador l'escoltem amb tots els sentits. Les verdures i hortalisses d'hivern, els llegums, les cremes calentes i els plats de cullera ens permeten treballar textures, colors i sabors que conviden a explorar. La temporada ens ensenya que cada aliment té el seu moment, i que menjar de manera sostenible també és una forma de cuidar-nos i cuidar l'entorn. Continuem transformant el migdia en un espai per a aprendre, tastar i gaudir; un espai on poder créixer i poder ser.				8 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.), amanida del temps Fruita de temporada	9 Verdura de temporada amb oli d'alfàbrega Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	12 Pasta (s/g) amb salsa d'espinacs (s/form.) Llenguadina milanesa (s/al·lèrg.) i amanida Fruita de temporada	13 Crema de carbassa i moniato Daus de gall dindi al forn (s/al·lèrg.) amb amanida Fruita de temporada	14 Arròs integral amb salsa de verdures Falafels amb salsa de tomàquet i enciam Fruita de temporada	15 Llenties (s/g) estofades Truita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	16 Col i patata amb oli d'alls tendres Mandonguilles mixtes a la jardineria Fruita de temporada
	19 Espaguetis (s/g) amb salsa de verdures (s/form.) Pollastre a l'allet amb amanida del temps Fruita de temporada	20 Cigrons guisats Lluç a l'andalusa (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	21 Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní Macarrons (s/g) amb bolonyesa vegetal (s/form.) Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga Botifarra a la planxa amb mongetes seques Fruita de temporada	23 Sopa de pescadors Truita de moniato i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada
	26 Sopa de pasta (s/g) Lluç al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	27 Verdura tricolor amb oli de porro Llenties (s/g) estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	28 Estofat de mongetes seques Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	29 Crema de carbassa Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.) i amanida Fruita de temporada	30 Arròs integral amb salsa de remolatxa Hamburguesa mixta, ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada

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.

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem l'any cuidant-nos: bons hàbits i productes de temporada d'hivern a l'Espai Migdia Després de les vacances i de dies fora de la rutina, gener és un bon moment per a retrobar la calma, l'ordre i els hàbits que ens fan sentir bé. A l'Espai Migdia acompanyem aquest retorn amb una mirada especialment atenta al benestar dels infants i joves. Continuem acompanyant amb calma, proximitat i cura: Fomentem àpats tranquils, afavorint bons hàbits alimentaris i rutines positives per tal de promoure la convivència i la conversa que ajuden els infants i joves a reconnectar amb el seu dia a dia. Menjar ha de ser un moment desitjat, tranquil i saludable. Productes de temporada d'hivern i descoberta gastronòmica: Començar l'any és també una oportunitat per a descobrir tot allò que ens ofereix la natura en aquesta època. A l'Espai Migdia aprofitem els productes de temporada d'hivern per a despertar curiositat i apropar als infants i joves una alimentació més sostenible i saborosa. L'hivern és ple de saviesa, i al menjador l'escoltem amb tots els sentits. Les verdures i hortalisses d'hivern, els llegums, les cremes calentes i els plats de cullera ens permeten treballar textures, colors i sabors que conviden a explorar. La temporada ens ensenya que cada aliment té el seu moment, i que menjar de manera sostenible també és una forma de cuidar-nos i cuidar l'entorn. Continuem transformant el migdia en un espai per a aprendre, tastar i gaudir; un espai on poder créixer i poder ser.				8 Triturat de verdures, arròs i Pollastre Fruita triturada	9 Triturat de verdures, patata i Cigrons Fruita triturada
	12 Triturat de verdures, pasta i Llenguadina Fruita de temporada	13 Crema de carbassa, moniato i Gall dindi Fruita de temporada	14 Triturat de verdures, arròs i Cigrons Fruita de temporada	15 Triturat de verdures, lleties i Ou logurt ecològic	16 Triturat de col, patata i Porc Fruita de temporada
	19 Triturat de verdures, pasta i Pollastre Fruita de temporada	20 Triturat de verdures, cigrons i Lluç Fruita de temporada	21 Triturat de coliflor, patata i Ou Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga i Porc logurt ecològic	23 Triturat de verdures, arròs i Ou Fruita de temporada
	26 Triturat de verdures, pasta i Lluç Fruita de temporada	27 Triturat de verdura tricolor i Lleties Fruita de temporada	28 Triturat de verdures, mongeta blanca i Ou Fruita de temporada	29 Crema de carbassa i Pollastre logurt ecològic	30 Triturat de verdures, arròs i Vedella Fruita de temporada



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.

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem l'any cuidant-nos: bons hàbits i productes de temporada d'hivern a l'Espai Migdia Després de les vacances i de dies fora de la rutina, gener és un bon moment per a retrobar la calma, l'ordre i els hàbits que ens fan sentir bé. A l'Espai Migdia acompanyem aquest retorn amb una mirada especialment atenta al benestar dels infants i joves. Continuem acompanyant amb calma, proximitat i cura: Fomentem àpats tranquils, afavorint bons hàbits alimentaris i rutines positives per tal de promoure la convivència i la conversa que ajuden els infants i joves a reconnectar amb el seu dia a dia. Menjar ha de ser un moment desitjat, tranquil i saludable. Productes de temporada d'hivern i descoberta gastronòmica: Començar l'any és també una oportunitat per a descobrir tot allò que ens ofereix la natura en aquesta època. A l'Espai Migdia aprofitem els productes de temporada d'hivern per a despertar curiositat i apropar als infants i joves una alimentació més sostenible i saborosa. L'hivern és ple de saviesa, i al menjador l'escoltem amb tots els sentits. Les verdures i hortalisses d'hivern, els llegums, les cremes calentes i els plats de cullera ens permeten treballar textures, colors i sabors que conviden a explorar. La temporada ens ensenya que cada aliment té el seu moment, i que menjar de manera sostenible també és una forma de cuidar-nos i cuidar l'entorn. Continuem transformant el migdia en un espai per a aprendre, tastar i gaudir; un espai on poder créixer i poder ser.				8 Arròs integral amb salsa de tomàquet Croquetes d'espínacs amb amanida del temps Fruita de temporada	9 Verdura de temporada amb oli d'alfàbrega Cigróns sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	12 Tallarines amb salsa d'espínacs Llenguadina milanesa amb amanida del temps Fruita de temporada	13 Crema de carbassa i moniato Truita a la francesa amb amanida Fruita de temporada	14 Arròs integral amb salsa de verdures Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	15 Llenties estofades Truita de patata i ceba amb amanida del temps Iogurt ecològic	16 Col i patata amb oli d'alls tendres Mandonguilles vegetals a la jardinera Fruita de temporada
	19 Espaguetis integrals amb salsa de verdures Truita a la francesa amb amanida del temps Fruita de temporada	20 Cigróns guisats Lluç a l'andalusa amb amanida del temps Fruita de temporada	21 Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga Hamburguesa vegetal amb mongetes seques Iogurt ecològic	23 Sopa de pescadors Truita de moniato i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada
	26 Sopa de galets (brou vegetal) Lluç al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	27 Verdura tricolor amb oli de porro Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	28 Estofat de mongetes seques Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	29 Crema de carbassa Llenguadina a l'andalusa i amanida Iogurt ecològic	30 Arròs integral amb salsa de remolatxa Hamburguesa vegetal, ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada



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.

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem l'any cuidant-nos: bons hàbits i productes de temporada d'hivern a l'Espai Migdia Després de les vacances i de dies fora de la rutina, gener és un bon moment per a retrobar la calma, l'ordre i els hàbits que ens fan sentir bé. A l'Espai Migdia acompanyem aquest retorn amb una mirada especialment atenta al benestar dels infants i joves. Continuem acompanyant amb calma, proximitat i cura: Fomentem àpats tranquils, afavorint bons hàbits alimentaris i rutines positives per tal de promoure la convivència i la conversa que ajuden els infants i joves a reconnectar amb el seu dia a dia. Menjar ha de ser un moment desitjat, tranquil i saludable. Productes de temporada d'hivern i descoberta gastronòmica: Començar l'any és també una oportunitat per a descobrir tot allò que ens ofereix la natura en aquesta època. A l'Espai Migdia aprofitem els productes de temporada d'hivern per a despertar curiositat i apropar als infants i joves una alimentació més sostenible i saborosa. L'hivern és ple de saviesa, i al menjador l'escoltem amb tots els sentits. Les verdures i hortalisses d'hivern, els llegums, les cremes calentes i els plats de cuallera ens permeten treballar textures, colors i sabors que conviden a explorar. La temporada ens ensenya que cada aliment té el seu moment, i que menjar de manera sostenible també és una forma de cuidar-nos i cuidar l'entorn. Continuem transformant el migdia en un espai per a aprendre, tastar i gaudir; un espai on poder créixer i poder ser.				8 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.), amanida del temps Fruita de temporada	9 Verdura de temporada amb oli d'alfàbrega Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	12 Pasta (s/g) amb salsa d'espinacs Llenguadina milanesa (s/al·lèrg.) i amanida Fruita de temporada	13 Crema de carbassa i moniato Daus de gall dindi al forn (s/al·lèrg.) amb amanida Fruita de temporada	14 Arròs integral amb salsa de verdures Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	15 Llenties (s/g) estofades Truita de patata i ceba amb amanida del temps Iogurt ecològic	16 Col i patata amb oli d'alls tendres Mandonguilles mixtes a la jardinera Fruita de temporada
	19 Espaguetis (s/g) amb salsa de verdures Pollastre a l'allet amb amanida del temps Fruita de temporada	20 Cigrons guisats Lluç a l'andalusa (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	21 Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní Macarrons (s/g) amb bolonyesa vegetal i formatge Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga Botifarra a la planxa amb mongetes seques Iogurt ecològic	23 Sopa de pescadors Truita de moniato i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada
	26 Sopa de pasta (s/g) Lluç al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	27 Verdura tricolor amb oli de porro Llenties (s/g) estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	28 Estofat de mongetes seques Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	29 Crema de carbassa Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.) i amanida Iogurt ecològic	30 Arròs integral amb salsa de remolatxa Hamburguesa mixta, ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada



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.

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem l'any cuidant-nos: bons hàbits i productes de temporada d'hivern a l'Espai Migdia Després de les vacances i de dies fora de la rutina, gener és un bon moment per a retrobar la calma, l'ordre i els hàbits que ens fan sentir bé. A l'Espai Migdia acompanyem aquest retorn amb una mirada especialment atenta al benestar dels infants i joves. Continuem acompanyant amb calma, proximitat i cura: Fomentem àpats tranquils, afavorint bons hàbits alimentaris i rutines positives per tal de promoure la convivència i la conversa que ajuden els infants i joves a reconnectar amb el seu dia a dia. Menjar ha de ser un moment desitjat, tranquil i saludable. Productes de temporada d'hivern i descoberta gastronòmica: Començar l'any és també una oportunitat per a descobrir tot allò que ens ofereix la natura en aquesta època. A l'Espai Migdia aprofitem els productes de temporada d'hivern per a despertar curiositat i apropar als infants i joves una alimentació més sostenible i saborosa. L'hivern és ple de saviesa, i al menjador l'escoltem amb tots els sentits. Les verdures i hortalisses d'hivern, els llegums, les cremes calentes i els plats de cullera ens permeten treballar textures, colors i sabors que conviden a explorar. La temporada ens ensenya que cada aliment té el seu moment, i que menjar de manera sostenible també és una forma de cuidar-nos i cuidar l'entorn. Continuem transformant el migdia en un espai per a aprendre, tastar i gaudir; un espai on poder créixer i poder ser.				8 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.), amanida del temps Fruita de temporada	9 Verdura de temporada amb oli d'alfàbrega Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	12 Tallarines amb salsa d'espinacs (s/form.) Llenguadina milanesa (s/al·lèrg.) i amanida Fruita de temporada	13 Crema de carbassa i moniato Daus de gall dindi al forn (s/al·lèrg.) amb amanida Fruita de temporada	14 Arròs integral amb salsa de verdures Falafels amb salsa de tomàquet i enciam Fruita de temporada	15 Llenties estofades Truita de patata i ceba amb amanida del temps logurt sense lactosa	16 Col i patata amb oli d'alls tendres Mandonguilles mixtes a la jardinera Fruita de temporada
	19 Espaguetis integrals amb salsa de verdures (s/form.) Pollastre a l'allet amb amanida del temps Fruita de temporada	20 Cigrons guisats Lluç a l'andalusa (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	21 Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní Macarrons amb bolonyesa vegetal (s/form.) Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga Botifarra a la planxa amb mongetes seques logurt sense lactosa	23 Sopa de pescadors Truita de moniato i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada
	26 Sopa de galets Lluç al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	27 Verdura tricolor amb oli de porro Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	28 Estofat de mongetes seques Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	29 Crema de carbassa Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.) i amanida logurt sense lactosa	30 Arròs integral amb salsa de remolatxa Hamburguesa mixta, ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada



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.

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem l'any cuidant-nos: bons hàbits i productes de temporada d'hivern a l'Espai Migdia Després de les vacances i de dies fora de la rutina, gener és un bon moment per a retrobar la calma, l'ordre i els hàbits que ens fan sentir bé. A l'Espai Migdia acompanyem aquest retorn amb una mirada especialment atenta al benestar dels infants i joves. Continuem acompanyant amb calma, proximitat i cura: Fomentem àpats tranquils, afavorint bons hàbits alimentaris i rutines positives per tal de promoure la convivència i la conversa que ajuden els infants i joves a reconnectar amb el seu dia a dia. Menjar ha de ser un moment desitjat, tranquil i saludable. Productes de temporada d'hivern i descoberta gastronòmica: Començar l'any és també una oportunitat per a descobrir tot allò que ens ofereix la natura en aquesta època. A l'Espai Migdia aprofitem els productes de temporada d'hivern per a despertar curiositat i apropar als infants i joves una alimentació més sostenible i saborosa. L'hivern és ple de saviesa, i al menjador l'escoltem amb tots els sentits. Les verdures i hortalisses d'hivern, els llegums, les cremes calentes i els plats de cullera ens permeten treballar textures, colors i sabors que conviden a explorar. La temporada ens ensenya que cada aliment té el seu moment, i que menjar de manera sostenible també és una forma de cuidar-nos i cuidar l'entorn. Continuem transformant el migdia en un espai per a aprendre, tastar i gaudir; un espai on poder créixer i poder ser.				8 Arròs integral amb salsa de tomàquet Croquetes de pollastre amb amanida del temps Fruita de temporada	9 Verdura de temporada amb oli d'alfàbrega Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
	12 Tallarines amb salsa d'espinacs Llenguadina milanesa amb amanida del temps Fruita de temporada	13 Crema de carbassa i moniato Daus de gall dindi marinats amb amanida Fruita de temporada	14 Arròs integral amb salsa de verdures Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	15 Llenties estofades Truita de patata i ceba amb amanida del temps Iogurt ecològic	16 Col i patata amb oli d'alls tendres Mandonguilles vedella a la jardineria Fruita de temporada
	19 Espaguetis integrals amb salsa de verdures Pollastre a l'allet amb amanida del temps Fruita de temporada	20 Cigrons guisats Lluç a l'andalusa amb amanida del temps Fruita de temporada	21 Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní Macarrons amb bolonyesa vegetal i formatge Fruita de temporada	22 Crema de pastanaga Hamburguesa vedella amb mongetes seques Iogurt ecològic	23 Sopa de pescadors Truita de moniato i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada
	26 Sopa de galets Lluç al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	27 Verdura tricolor amb oli de porro Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	28 Estofat de mongetes seques Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	29 Crema de carbassa Pollastre arrebossat i amanida Iogurt ecològic	30 Arròs integral amb salsa de remolatxa Hamburguesa vedella, ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada



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.