

**Créixer en grup també és això: escoltar i sentir-se escoltat.**

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

Festa

**4**  
Macarrons integrals a la napolitana  
  
Falafels amb salsa de iogurt  
  
Fruita de temporada

**5**  
Verdura de temporada amb oli de porros  
  
Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps  
  
Fruita de temporada

**6**  
Arròs integral tres delícies de verdures  
  
Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps  
  
Fruita de temporada

**7**  
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot  
  
Trita de patata i ceba amb amanida del temps  
  
Iogurt

**8**  
Crema de carbassó  
  
Llom al forn amb salsa de poma i patata panadera  
  
Fruita de temporada

**11** **CUINA ANGLESA**  
Crema de llentia vermella i tomàquet  
  
Fish & chips  
  
Pa de pessic amb llimona

**12**  
Espaguetis integrals al pesto  
  
Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam  
  
Fruita de temporada

**13**  
Crema de pastanaga  
  
Mandonguilles mixtes amb samfaina i amanida del temps  
  
Fruita de temporada

**14** **MENÚ SENSE GLUTEN**  
Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,  
  
Pollastre rostit amb herbes provençals i amanida  
  
Fruita de temporada

**15**  
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot  
  
Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada  
  
Fruita de temporada

**18**  
Verdura tricolor  
  
Llenties estofades amb arròs integral  
  
Fruita de temporada

**19**  
Hummus de cigrons amb torrades  
  
Trita de carbassó i ceba amb amanida  
  
Fruita de temporada

**20**  
Cuscús amb verdures de temporada a daus  
  
Pollastre rostit amb daus de carbassó al forn  
  
Fruita de temporada

**21**  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
  
Llenguadina l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera  
  
Fruita de temporada

Festa

Festa

**25**  
Verdura tricolor de temporada  
  
Macarrons amb bolonyesa vegetal  
  
Fruita de temporada

**26**  
Verdura tricolor de temporada  
  
Macarrons amb bolonyesa vegetal  
  
Fruita de temporada

**27**  
Crema de porros amb crostons de pa  
  
Botifarra a la planxa amb mongetes i enciams  
  
Fruita de temporada

**28** **DIA DE LA NUTRICIÓ**  
Espaguetis integrals la napolitana  
  
Trita de patata i ceba amb amanida del temps  
  
Fruita de temporada

**29**  
Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega  
  
Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps  
  
Iogurt ecològic

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

**MAIG**

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



MAIG	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
					<b>Festa</b>
	<p><b>4</b> Crepes d'espinaacs amb formatge i pinyons</p> <p>Ous al plat amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Amanida d'espirlacs</p> <p>Llenguado al forn amb pebrot escalivat</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>6</b> Minestra de verdures</p> <p>Pernilets de pollastre al forn amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Crema de carbassó</p> <p>Hamburguesa de llegum i arròs, pastanaga i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b> Arròs amb api, porro i pastanaga</p> <p>Maires fresques al forn amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>11</b> Mongeta i pastanaga bullida</p> <p>Rap amb pèsols i patata amb amanida</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>12</b> Crema parmentier</p> <p>Brotxeta de pollastre amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b> Hummus de cigró amb cruditis de verdures</p> <p>Sonsos a l'andalusa amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b> Tabulé</p> <p>Mandonguilles vegetals amb s.verdures i amanida</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>15</b> Coca de pebrot escalivat</p> <p>Truita paisana i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>18</b> Patates farcides amb verdures</p> <p>Lluç al forn amb ceba caramel·litzada i amanida</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>19</b> Vichyssoise</p> <p>Contracuixa de pollastre al forn amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Amanida de pasta grega</p> <p>Seitons a l'andalusa amb carbassó a la planxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b> Pèsols amb patata bullida</p> <p>Pollastre al forn amb farigola, enciam i b.moro</p> <p>logurt natural</p>	<b>Festa</b>
	<b>Festa</b>	<p><b>26</b> Tirabecs saltejats amb ceba</p> <p>Truita de patata amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Amanida de pasta integral</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb verdures</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>28</b> Albergínia farcida amb verdures</p> <p>Pizza casolana amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b> Arròs amb salsa de pastanaga</p> <p>Lluç al forn amb all i julivert i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**Educar també és escoltar**  
**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**

MAIG	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
					<h1>Festa</h1>
	<p><b>4</b> Macarrons integrals a la napolitana</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Verdura de temporada amb oli de porros</p> <p>Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Arròs integral tres delícies de verdures</p> <p>Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>logurt</p>	<p><b>8</b> Crema de carbassó</p> <p>Llom al forn amb salsa de poma i patata panadera</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>11</b> <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de llentia vermella i tomàquet</p> <p>Fish &amp; chips (s/al·lèrg.)</p> <p>Postres dolces (s/al·lèrg.)</p>	<p><b>12</b> Espaguetis integrals amb oli d'alf.,</p> <p>Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b> Crema de pastanaga</p> <p>Mandonguilles mixtes amb samfaina i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b> <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,</p> <p>Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>15</b> Amanida de patata amb vinagreta de pebrot</p> <p>Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>18</b> Verdura tricolor</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b> Hummus de cigrons amb crudités</p> <p>Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Cuscús amb verdures de temporada a daus</p> <p>Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó al forn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b> Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Llenguadina andal., (s/al·lèrg.) amanida i vinag., pera</p> <p>Fruita de temporada</p>	<h1>Festa</h1>
	<h1>Festa</h1>	<p><b>26</b> Verdura tricolor de temporada</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Crema de porros (s/crostons de pa)</p> <p>Botifarra a la planxa amb mongetes i enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis integrals la napolitana</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b> Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega</p> <p>Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**Educar també és escoltar**  
**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**4**  
 Macarrons integrals a la napolitana  
 Falafels amb salsa de iogurt  
 Fruita de temporada

**5**  
 Verdura de temporada amb oli de porros  
 Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps  
 Fruita de temporada

**6**  
 Arròs integral tres delícies de verdures  
 Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps  
 Fruita de temporada

**7**  
 Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot  
 Truita de pat., ceba (ou b.cuit) amb amanida  
 Iogurt

**8**  
 Crema de carbassó  
 Llom al forn amb salsa de poma i patata panadera  
 Fruita de temporada

**11** **CUINA ANGLESA**  
 Crema de llentia vermella i tomàquet  
 Fish & chips  
 Pa de pessic amb llimona

**12**  
 Espaguetis integrals al pesto  
 Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam  
 Fruita de temporada

**13**  
 Crema de pastanaga  
 Mandonguilles mixtes amb samfaina i amanida del temps  
 Fruita de temporada

**14** **MENÚ SENSE GLUTEN**  
 Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,  
 Pollastre rostit amb herbes provençals i amanida  
 Fruita de temporada

**15**  
 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot  
 Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada  
 Fruita de temporada

**18**  
 Verdura tricolor  
 Llenties estofades amb arròs integral  
 Fruita de temporada

**19**  
 Hummus de cigrons amb torrades  
 Truita de carbassó i ceba (ou b.cuit) amb amanida  
 Fruita de temporada

**20**  
 Cuscús amb verdures de temporada a daus  
 Pollastre rostit amb daus de carbassó al forn  
 Fruita de temporada

**21**  
 Arròs integral amb salsa de tomàquet  
 Llenguadina l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera  
 Fruita de temporada

**22**  
 Festa

**25**  
 Festa

**26**  
 Verdura tricolor de temporada  
 Macarrons amb bolonyesa vegetal  
 Fruita de temporada

**27**  
 Crema de porros amb crostons de pa  
 Botifarra a la planxa amb mongetes i enciams  
 Fruita de temporada

**28** **DIA DE LA NUTRICIÓ**  
 Espaguetis integrals la napolitana  
 Truita de pat., ceba (ou b.cuit) amb amanida  
 Fruita de temporada

**29**  
 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega  
 Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps  
 Iogurt ecològic

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

**MAIG**

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**

**4**  
Macarrons integrals a la napolitana  
Falafels amb salsa de iogurt  
Fruita de temporada

**11** **CUINA ANGLESA**  
Crema de llentia vermella i tomàquet  
Fish & chips (s/al·lèrg.)  
Postres dolces (s/al·lèrg.)

**18**  
Verdura tricolor  
Llenties estofades amb arròs integral  
Fruita de temporada

**25**  
**Festa**

**5**  
Verdura de temporada amb oli de porros  
Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps  
Fruita de temporada

**12**  
Espaguetis integrals amb oli d'alf.,  
Gall dindi al forn amb salsa de tomàquet i enciam  
Fruita de temporada

**19**  
Hummus de cigrons amb crudités  
Gall dindi al forn i amanida del temps  
Fruita de temporada

**26**  
Verdura tricolor de temporada  
Macarrons amb bolonyesa vegetal  
Fruita de temporada

**6**  
Arròs integral tres delícies de verdures  
Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps  
Fruita de temporada

**13**  
Crema de pastanaga  
Mandonguilles mixtes amb samfaina i amanida del temps  
Fruita de temporada

**20**  
Cuscús amb verdures de temporada a daus  
Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó al forn  
Fruita de temporada

**27**  
Crema de porros (s/crostons de pa)  
Botifarra a la planxa amb mongetes i enciams  
Fruita de temporada

**7**  
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot  
Pollastre a la planxa amb amanida del temps  
iogurt

**14** **MENÚ SENSE GLUTEN**  
Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,  
Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida  
Fruita de temporada

**21**  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Llenguadina andal., (s/al·lèrg.) amanida i vinag., pera  
Fruita de temporada

**28** **DIA DE LA NUTRICIÓ**  
Espaguetis integrals la napolitana  
Llenguadina al forn amb amanida del temps  
Fruita de temporada

**8**  
Crema de carbassó  
Llom al forn amb salsa de poma i patata panadera  
Fruita de temporada

**15**  
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot  
Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada  
Fruita de temporada

**22**  
**Festa**

**29**  
Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega  
Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps  
iogurt ecològic

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



**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conèixer amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**4**  
Macarrons integrals a la napolitana  
Falafels amb salsa de iogurt  
Fruita de temporada

**5**  
Verdura de temporada amb oli de porros  
Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps  
Fruita de temporada

**6**  
Arròs integral tres delícies de verdures  
Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps  
Fruita de temporada

**7**  
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot  
Pollastre a la planxa amb amanida del temps  
iogurt

**8**  
Crema de carbassó  
Llom al forn amb salsa de poma i patata panadera  
Fruita de temporada

**11** **CUINA ANGLESA**  
Crema de llentia vermella i tomàquet  
Fish & chips (s/al·lèrg.)  
Postres dolces (s/al·lèrg.)

**12**  
Espaguetis integrals amb oli d'alf.,  
Gall dindi al forn amb salsa de tomàquet i enciam  
Fruita de temporada

**13**  
Crema de pastanaga  
Mandonguilles mixtes amb samfaina i amanida del temps  
Fruita de temporada

**14** **MENÚ SENSE GLUTEN**  
Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,  
Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida  
Fruita de temporada

**15**  
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot  
Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada  
Fruita de temporada

**18**  
Verdura tricolor  
Llenties estofades amb arròs integral  
Fruita de temporada

**19**  
Hummus de cigrons amb crudités  
Gall dindi al forn i amanida del temps  
Fruita de temporada

**20**  
Cuscús amb verdures de temporada a daus  
Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó al forn  
Fruita de temporada

**21**  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Llenguadina andal., (s/al·lèrg.) amanida i vinag., pera  
Fruita de temporada

**22**  
**Festa**

**25**  
**Festa**

**26**  
Verdura tricolor de temporada  
Macarrons amb bolonyesa vegetal  
Fruita de temporada

**27**  
Crema de porros (s/crostons de pa)  
Botifarra a la planxa amb mongetes i enciams  
Fruita de temporada

**28** **DIA DE LA NUTRICIÓ**  
Espaguetis integrals la napolitana  
Llenguadina al forn amb amanida del temps  
Fruita de temporada

**29**  
Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega  
Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps  
iogurt ecològic

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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				<h1>Festa</h1>
<p><b>4</b> Macarrons integrals a la napolitana (s/form.) Falafels amb salsa de tomàquet Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Verdura de temporada amb oli de porros Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Arròs integral tres delícies de verdures Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot Trita de patata i ceba amb amanida del temps logurt de soja</p>	<p><b>8</b> Crema de carbassó Llom al forn amb salsa de poma i patata panadera Fruita de temporada</p>
<p><b>11</b> <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de llentia vermella i tomàquet Fish &amp; chips (s/al·lèrg.) Postres dolces (s/al·lèrg.)</p>	<p><b>12</b> Espaguetis integrals amb oli d'alf., (s/form.) Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b> Crema de pastanaga Mandonguilles mixtes amb samfaina i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b> <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf., Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>15</b> Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada</p>
<p><b>18</b> Verdura tricolor Llenties estofades amb arròs integral Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b> Hummus de cigrons amb crudités Trita de carbassó i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Cuscús amb verdures de temporada a daus Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó al forn Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b> Arròs integral amb salsa de tomàquet Llenguadina andal. (s/al·lèrg.) i amanida i vinag., pera Fruita de temporada</p>	<h1>Festa</h1>
<h1>Festa</h1>	<p><b>26</b> Verdura tricolor de temporada Macarrons amb bolonyesa vegetal (s/form.) Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Crema de porros (s/crostons de pa) Botifarra a la planxa amb mongetes i enciams Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis integrals la napolitana (s/form.) Trita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b> Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps logurt de soja</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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

<h1>Festa</h1>				
<p><b>4</b> Macarrons (p.ref) amb salsa de tom., natural</p> <p>Gall dindi arrebossat amb enciam i olives</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>5</b> Mongeta i patata bullida</p> <p>Cuixa de pollastre a la llimona amb enciam i raves</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>6</b> Arròs blanc amb oli d'oliva</p> <p>Lluç al forn amb enciams variats</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>7</b> Amanida de pasta (pasta, tom., form., i alf., fresca)</p> <p>Truita de patata (s/ceba) amb enciam i cogombre</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>8</b> Crema de carbassó (s/ceba)</p> <p>Llom al forn amb pat., panadera (s/salsa de poma)</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>
<p><b>11</b> <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de llenties (llenties bullides amb oli d'oliva)</p> <p>Fish &amp; chips</p> <p>logurt natural</p>	<p><b>12</b> Espaguetis (p.ref) amb oli i orenga</p> <p>Remenat d'ou amb salsa de tom., natural i enciam</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>13</b> Crema bròquil (s/ceba)</p> <p>Llom planxa amb xampinyons i enciams</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>14</b> <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs blanc saltat amb carbassó</p> <p>Pollastre al forn (s/all ni ceba) amb enciam i tomàquet</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>15</b> Amanida de pat., (patata, tomàquet, i olives)</p> <p>Gall dindi al forn amb enciam i cogombre</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>
<h1>Festa</h1>				
<p><b>18</b> Verdura tricolor</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>19</b> Hummus de cigrons amb torrades</p> <p>Truita f.cigró amb patata i carbassó i enciam</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>20</b> Cuscús amb verdures de temporada a daus</p> <p>Hamburguesa vegetal amb daus de carbassó al forn</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>21</b> Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Falafels amb salsa de tomàquet</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>22</b></p>
<h1>Festa</h1>				
<p><b>25</b></p>	<p><b>26</b> Mongeta i patata bullida</p> <p>Macarrons (p.ref.) amb bolonyesa de carn d'au</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>27</b> Crema de carbassó (s/ceba)</p> <p>Llom planxa amb enciam i raves</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>28</b> <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis (p.ref) amb salsa de tom., natural</p> <p>Truita de patata (s/ceba) amb enciam i olives</p> <p>F. (taronja, mandarina,préssec i plàtan)</p>	<p><b>29</b> Amanida de llenties (llenties, tomàquet, i olives)</p> <p>Pollastre al forn (s/all ni ceba) amb enciam i cogombre</p> <p>logurt natural</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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conèixer amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

<h1>Festa</h1>				
<p><b>4</b> Macarrons amb salsa de tomàquet a part</p> <p>Llenguadina arrebossada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Mongeta i patata bullida</p> <p>Pollastre arrebossat</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Arròs blanc amb oli d'oliva</p> <p>Lluç a l'andalusa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Tallarines amb salsa de tomàquet a part</p> <p>Pollastre arrebossat</p> <p>logurt</p>	<p><b>8</b> Crema de carbassó</p> <p>Llenguadina milanesa</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>11</b> <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de carbassa</p> <p>Fish &amp; chips</p> <p>Pa de pessic amb llimona</p>	<p><b>12</b> Espaguetis amb oli i orenga</p> <p>Pollastre arrebossat</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b> Crema de pastanaga</p> <p>Llenguadina milanesa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b> <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs blanc amb oli d'oliva</p> <p>Pollastre arrebossat</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>15</b> Mongeta i patata bullida</p> <p>Llenguadina a l'andalusa</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>18</b> Mongeta i patata bullida</p> <p>Pollastre arrebossat</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b> Arròs blanc amb oli d'oliva</p> <p>Llenguadina milanesa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Tallarines amb oli i orenga</p> <p>Pollastre arrebossat</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b> Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Llenguadina a l'andalusa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<h1>Festa</h1>
<h1>Festa</h1>	<p><b>26</b> Macarrons amb salsa de tomàquet a part</p> <p>Llenguadina arrebossada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Crema de porros amb crostons de pa</p> <p>Pollastre arrebossat</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis int. amb salsa de tom., a part</p> <p>Llenguadina milanesa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b> Arròs blanc amb oli d'oliva</p> <p>Pollastre arrebossat</p> <p>logurt ecològic</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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

<b>Festa</b>				
<p><b>4</b> Macarrons integrals a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Verdura de temporada amb oli de porros Cuixa de pollastre (halal) a la llimona i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Arròs integral tres delícies de verdures Estofat de llenties amb verdures Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot Trita de patata i ceba amb amanida del temps iogurt</p>	<p><b>8</b> Crema de carbassó Pollastre (halal) al forn amb s.poma i pat.,panadera Fruita de temporada</p>
<p><b>11</b> <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de llentia vermella i tomàquet Pollastre (halal) arreb. &amp; chips Pa de pessic amb llimona</p>	<p><b>12</b> Espaguetis integrals al pesto Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b> Crema de pastanaga Mandong. de vella (halal) amb samfaina i amanida Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b> <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf., Pollastre (halal) rostit amb amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>15</b> Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada</p>
<b>Festa</b>				
<p><b>18</b> Verdura tricolor Llenties estofades amb arròs integral Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b> Hummus de cigrons amb torrades Trita de carbassó i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Cuscús amb verdures de temporada a daus Pollastre (halal) rostit amb daus de carbassó al forn Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b> Arròs integral amb salsa de tomàquet Trita a la francesa amb amanida i vinag. de pera Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b></p>
<p><b>25</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Festa</b></p>	<p><b>26</b> Verdura tricolor de temporada Macarrons amb bolonyesa vegetal Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Crema de porros amb crostons de pa Hamburg. vedella (halal) amb mongetes i enciams Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis integrals la napolitana Trita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b> Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Pollastre (halal) amb s.verdures amb amanida iogurt ecològic</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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

<h1>Festa</h1>				
<p><b>4</b> Macarrons integrals a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Verdura de temporada amb oli de porros Cuixa de pollastre (halal) a la llimona i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Arròs integral tres delícies de verdures Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot Trita de patata i ceba amb amanida del temps Iogurt</p>	<p><b>8</b> Crema de carbassó Pollastre (halal) al forn amb s.poma i pat.,panadera Fruita de temporada</p>
<p><b>11</b> <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de llentia vermella i tomàquet Fish &amp; chips Pa de pessic amb llimona</p>	<p><b>12</b> Espaguetis integrals al pesto Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b> Crema de pastanaga Mandong. de vella (halal) amb samfaina i amanida Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b> <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf., Pollastre (halal) rostit amb amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>15</b> Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada</p>
<h1>Festa</h1>				
<p><b>18</b> Verdura tricolor Llenties estofades amb arròs integral Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b> Hummus de cigrons amb torrades Trita de carbassó i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Cuscús amb verdures de temporada a daus Pollastre (halal) rostit amb daus de carbassó al forn Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b> Arròs integral amb salsa de tomàquet Llenguadina l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b></p>
<p><b>25</b></p> <p style="text-align: center; font-size: 2em;"><b>Festa</b></p>	<p><b>26</b> Verdura tricolor de temporada Macarrons amb bolonyesa vegetal Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Crema de porros amb crostons de pa Hamburg. vedella (halal) amb mongetes i enciams Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis integrals la napolitana Trita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b> Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Pollastre (halal) amb s.verdures amb amanida Iogurt ecològic</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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conèixer amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

<b>Festa</b>				
<p><b>4</b> Macarrons integrals a la napolitana</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Verdura de temporada amb oli de porros</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Arròs integral tres delícies de verdures</p> <p>Estofat de llenties amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>logurt</p>	<p><b>8</b> Crema de carbassó</p> <p>Hamburguesa vegetal amb salsa de poma i patata</p> <p>panadera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>11</b> <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de llentia vermella i tomàquet</p> <p>Arròs integral tres delícies de verdures</p> <p>Pa de pessic amb llimona</p>	<p><b>12</b> Espaguetis integrals al pesto</p> <p>Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b> Crema de pastanaga</p> <p>Mandonguilles vegetals amb samfaina i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b> <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,</p> <p>Truita a la francesa amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>15</b> Amanida de patata amb vinagreta de pebrot</p> <p>Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada</p> <p>Fruita de temporada</p>
<b>Festa</b>				
<p><b>18</b> Verdura tricolor</p> <p>Llenties estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b> Hummus de cigrons amb torrades</p> <p>Truita de carbassó i ceba amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Cuscús amb verdures de temporada a daus</p> <p>Hamburguesa vegetal amb daus de carbassó al forn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b> Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b></p>
<p><b>25</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Festa</b></p>	<p><b>26</b> Verdura tricolor de temporada</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Crema de porros amb crostons de pa</p> <p>Estofat de mongetes seques</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis integrals la napolitana</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b> Amanida d'arròs amb tomàquet i alfàbrega</p> <p>Llenties estofades</p> <p>logurt ecològic</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

**MAIG**

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conèixer amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**

					<h1>Festa</h1>
4 Macarrons integrals a la napolitana  Falafels amb salsa de iogurt  Fruita de temporada	5 Verdura de temporada amb oli de porros  Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps  Fruita de temporada	6 Arròs integral tres delícies de verdures  Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps  Fruita de temporada	7 Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot  Trita de patata i ceba amb amanida del temps  iogurt	8 Crema de carbassó  Pollastre al forn amb salsa de poma i patata panadera  Fruita de temporada	
11 <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de llentia vermella i tomàquet  Fish & chips  Pa de pessic amb llimona	12 Espaguetis integrals al pesto  Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam  Fruita de temporada	13 Crema de pastanaga  Mandongu. vegetals amb samfaina i amanida  Fruita de temporada	14 <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,  Pollastre rostit amb herbes provençals i amanida  Fruita de temporada	15 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot  Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada  Fruita de temporada	
18 Verdura tricolor  Llenties estofades amb arròs integral  Fruita de temporada	19 Hummus de cigrons amb torrades  Trita de carbassó i ceba amb amanida  Fruita de temporada	20 Cuscús amb verdures de temporada a daus  Pollastre rostit amb daus de carbassó al forn  Fruita de temporada	21 Arròs integral amb salsa de tomàquet  Llenguadina l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera  Fruita de temporada		<h1>Festa</h1>
<h1>Festa</h1>	26 Verdura tricolor de temporada  Macarrons amb bolonyesa vegetal  Fruita de temporada	27 Crema de porros amb crostons de pa  Estofat de mongetes seques  Fruita de temporada	28 <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis integrals la napolitana  Trita de patata i ceba amb amanida del temps  Fruita de temporada	29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega  Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps  iogurt ecològic	

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



**MAIG**

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conèixer amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



					<h1>Festa</h1>
4 Macarrons integrals a la napolitana  Falafels amb salsa de iogurt  Fruita de temporada	5 Verdura de temporada amb oli de porros  Truita paisana amb amanida del temps  Fruita de temporada	6 Arròs integral tres delícies de verdures  Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps  Fruita de temporada	7 Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot  Truita de patata i ceba amb amanida del temps  iogurt	8 Crema de carbassó  Hamburg. vegetal amb salsa de poma i pat., panadera  Fruita de temporada	
11 <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de llentia vermella i tomàquet  Fish & chips  Pa de pessic amb llimona	12 Espaguetis integrals al pesto  Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam  Fruita de temporada	13 Crema de pastanaga  Mandonguilles vegetals amb samfaina i amanida del temps  Fruita de temporada	14 <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,  Truita a la francesa amb amanida del temps  Fruita de temporada	15 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot  Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada  Fruita de temporada	
18 Verdura tricolor  Llenties estofades amb arròs integral  Fruita de temporada	19 Hummus de cigrons amb torrades  Truita de carbassó i ceba amb amanida  Fruita de temporada	20 Cuscús amb verdures de temporada a daus  Hamburguesa vegetal amb daus de carbassó al forn  Fruita de temporada	21 Arròs integral amb salsa de tomàquet  Falafels amb salsa de iogurt  Fruita de temporada	22	<h1>Festa</h1>
<h1>Festa</h1>	26 Verdura tricolor de temporada  Macarrons amb bolonyesa vegetal  Fruita de temporada	27 Crema de porros amb crostons de pa  Estofat de mongetes seques  Fruita de temporada	28 <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis integrals la napolitana  Truita de patata i ceba amb amanida del temps  Fruita de temporada	29 Amanida d'arròs amb tomàquet i alfàbrega  Llenties estofades  iogurt ecològic	

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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**4**  
Macarrons (s/g) a la napolitana (s/form.)  
Falafels amb salsa de tomàquet  
Fruita de temporada

**5**  
Verdura de temporada amb oli de porros  
Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps  
Fruita de temporada

**6**  
Arròs integral tres delícies de verdures  
Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps  
Fruita de temporada

**7**  
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot  
Trita de patata i ceba amb amanida del temps  
logurt de soja

**8**  
Crema de carbassó  
Llom al forn amb salsa de poma i patata panadera  
Fruita de temporada

**11** **CUINA ANGLESA**  
Crema de llentia (s/g) vermella i tomàquet  
Fish & chips (s/al·lèrg.)  
Postres dolces (s/al·lèrg.)

**12**  
Espaguetis (s/g) amb oli d'alf., (s/form.,)  
Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam  
Fruita de temporada

**13**  
Crema de pastanaga  
Mandonguilles mixtes amb samfaina i amanida del temps  
Fruita de temporada

**14** **MENÚ SENSE GLUTEN**  
Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,  
Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida del temps  
Fruita de temporada

**15**  
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot  
Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada  
Fruita de temporada

**18**  
Verdura tricolor  
Llenties (s/g) estofades amb arròs integral  
Fruita de temporada

**19**  
Hummus de cigrons amb crudités  
Trita de carbassó i ceba amb amanida del temps  
Fruita de temporada

**20**  
Pasta (s/g) amb verdures de temporada a daus  
Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó al forn  
Fruita de temporada

**21**  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Llenguadina andal. (s/al·lèrg.) i amanida i vinag., pera  
Fruita de temporada

**22**  
**Festa**

**25**  
**Festa**

**26**  
Verdura tricolor de temporada  
Macarrons (s/g) amb bolonyesa vegetal (s/form.)  
Fruita de temporada

**27**  
Crema de porros (s/crostons de pa)  
Botifarra a la planxa amb mongetes i enciams  
Fruita de temporada

**28** **DIA DE LA NUTRICIÓ**  
Espaguetis (s/g) la napolitana (s/form.)  
Trita de patata i ceba amb amanida del temps  
Fruita de temporada

**29**  
Amanida de llenties (s/g) amb tomàquet i alfàbrega  
Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps  
logurt de soja

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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>Festa</b>				
<p><b>4</b> Macarrons (s/g) a la napolitana</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Verdura de temporada amb oli de porros</p> <p>Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Arròs integral tres delícies de verdures</p> <p>Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>logurt</p>	<p><b>8</b> Crema de carbassó</p> <p>Llom al forn amb salsa de poma i patata panadera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>11</b> <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de llentia (s/g) vermella i tomàquet</p> <p>Fish &amp; chips (s/al·lèrg.)</p> <p>Postres dolces (s/al·lèrg.)</p>	<p><b>12</b> Espaguetis (s/g) al pesto</p> <p>Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b> Crema de pastanaga</p> <p>Mandonguilles mixtes amb samfaina i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b> <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,</p> <p>Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>15</b> Amanida de patata amb vinagreta de pebrot</p> <p>Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>18</b> Verdura tricolor</p> <p>Llenties (s/g) estofades amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b> Hummus de cigrons amb crudités</p> <p>Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Pasta (s/g) amb verdures de temporada a daus</p> <p>Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó al forn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b> Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Llenguadina andal. (s/al·lèrg.) i amanida i vinag., pera</p> <p>Fruita de temporada</p>	<b>Festa</b>
<b>Festa</b>	<p><b>26</b> Verdura tricolor de temporada</p> <p>Macarrons (s/g) bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Crema de porros (s/crostons de pa)</p> <p>Botifarra a la planxa amb mongetes i enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis (s/g) la napolitana</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b> Amanida de llenties (s/g) amb tomàquet i alfàbrega</p> <p>Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</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

**MAIG**

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



					<h1>Festa</h1>
4 Macarrons integrals a la napolitana (s/form..) Falafels amb salsa de tomàquet i amanida Fruita de temporada	5 Verdura de temporada amb oli de porros Trita f.cigró amb pat., ceba i pstga., amb amanida Fruita de temporada	6 Arròs integral tres delícies de verdures Estofat de llenties amb verdures Fruita de temporada	7 Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot Trita farina de cigró amb pat.,-ceba i amanida logurt sense lactosa	8 Crema de carbassó Hamburg. vegetal amb salsa de poma i pat., panadera Fruita de temporada	
11 <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de lletia vermella i tomàquet Arròs integral tres delícies de verdures logurt sense lactosa	12 Espaguetis integrals amb oli d'alf., (s/form..) Trita f.cigró amb patata i pstga. i enciam Fruita de temporada	13 Crema de pastanaga Mandonguilles vegetals amb samfaina i amanida Fruita de temporada	14 <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf., Trita f.cigró amb patata i carbassó i enciam Fruita de temporada	15 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada	
18 Verdura tricolor Llenties estofades amb arròs integral Fruita de temporada	19 Hummus de cigrons amb torrades Trita f.cigró amb patata i carbassó i enciam Fruita de temporada	20 Cuscús amb verdures de temporada a daus Hamburguesa vegetal amb daus de carbassó al forn Fruita de temporada	21 Arròs integral amb salsa de tomàquet Falafels amb salsa de tomàquet i amanida Fruita de temporada	22	<h1>Festa</h1>
<h1>Festa</h1>	25 Verdura tricolor de temporada Macarrons amb bolonyesa vegetal (s/form..) Fruita de temporada	26 Verdura tricolor de temporada Crema de porros amb crostons de pa Estofat de mongetes seques Fruita de temporada	27 Crema de porros amb crostons de pa Estofat de mongetes seques Fruita de temporada	28 <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis integrals la napolitana (s/form..) Trita farina de cigró amb pat.,-ceba i amanida Fruita de temporada	29 Amanida d'arròs amb tomàquet i alfàbrega Llenties estofades logurt sense lactosa

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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

<b>Festa</b>				
<p><b>4</b> Macarrons integrals a la napolitana (s/form.) Falafels amb salsa de tomàquet Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Verdura de temporada amb oli de porros Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Arròs integral tres delícies de verdures Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot Trita de patata i ceba amb amanida del temps logurt sense lactosa</p>	<p><b>8</b> Crema de carbassó Llom al forn amb salsa de poma i patata panadera Fruita de temporada</p>
<p><b>11</b> <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de llentia vermella i tomàquet Fish &amp; chips (s/al·lèrg.) Postres dolces (s/al·lèrg.)</p>	<p><b>12</b> Espaguetis integrals amb oli d'alf., (s/form.) Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b> Crema de pastanaga Mandonguilles mixtes amb samfaina i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b> <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf., Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>15</b> Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada</p>
<p><b>18</b> Verdura tricolor Llenties estofades amb arròs integral Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b> Hummus de cigrons amb crudités Trita de carbassó i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Cuscús amb verdures de temporada a daus Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó al forn Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b> Arròs integral amb salsa de tomàquet Llenguadina andal. (s/al·lèrg.) i amanida i vinag., pera Fruita de temporada</p>	<b>Festa</b>
<b>Festa</b>	<p><b>26</b> Verdura tricolor de temporada Macarrons amb bolonyesa vegetal (s/form.) Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Crema de porros (s/crostons de pa) Botifarra a la planxa amb mongetes i enciams Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis integrals la napolitana (s/form.) Trita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b> Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps logurt sense lactosa</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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

<h1>Festa</h1>				
<p><b>4</b> Macarrons (p.arròs) a la napolitana</p> <p>Gall dindi arreb. (s/al·lèrg.) i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Verdura de temporada amb oli de porros</p> <p>Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Arròs integral tres delícies de verdures</p> <p>Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Amanida de pasta (p.arròs)</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>logurt</p>	<p><b>8</b> Crema de carbassó</p> <p>Llom al forn amb salsa de poma i patata panadera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>11</b> <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de carbassa</p> <p>Fish &amp; chips (s/al·lèrg.)</p> <p>Postres dolces (s/al·lèrg.)</p>	<p><b>12</b> Espaguetis (p.arròs) al pesto</p> <p>Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>13</b> Crema de pastanaga</p> <p>Llom planxa amb samfaina i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>14</b> <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,</p> <p>Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>15</b> Amanida de pasta (p.arròs)</p> <p>Gall dindi al forn amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>18</b> Verdura tricolor</p> <p>Llom al forn amb arròs integral</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b> Crema de pastanaga</p> <p>Truita de carbassó i ceba i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Pasta d'arròs amb verdures de temporada a daus</p> <p>Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó al forn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b> Arròs integral amb salsa de tomàquet</p> <p>Llenguadina andal. (s/al·lèrg.) i amanida i vinag., pera</p> <p>Fruita de temporada</p>	<h1>Festa</h1>
<h1>Festa</h1>	<p><b>26</b> Verdura tricolor de temporada</p> <p>Macarrons (p.arròs) amb bolonyesa de carn d'au</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Crema de porros (s/crostons de pa)</p> <p>Llom planxa planxa amb enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis (p.arròs) a la napolitana</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b> Amanida d'arròs amb tomàquet i alfàbrega</p> <p>Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**Educar també és escoltar**  
**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**DILLUNS**  
 4 Macarrons integrals a la napolitana  
 Falafels amb salsa de iogurt  
 Fruita de temporada

**DIMARTS**  
 5 Verdura de temporada amb oli de porros  
 Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps  
 Fruita de temporada

**DIMECRES**  
 6 Arròs integral tres delícies de verdures  
 Gall dindi al forn amb all i julivert i amanida del temps  
 Fruita de temporada

**DIJOUS**  
 7 Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot  
 Truita de patata i ceba amb amanida del temps  
 Iogurt

**DIVENDRES**  
**Festa**  
 8 Crema de carbassó  
 Llom al forn amb salsa de poma i patata panadera  
 Fruita de temporada

**DILLUNS**  
 11 **CUINA ANGLESA**  
 Crema de llentia vermella i tomàquet  
 Pollastre arreb. & chips  
 Pa de pessic amb llimona

**DIMARTS**  
 12 Espaguetis integrals al pesto  
 Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam  
 Fruita de temporada

**DIMECRES**  
 13 Crema de pastanaga  
 Mandonguilles mixtes amb samfaina i amanida del temps  
 Fruita de temporada

**DIJOUS**  
 14 **MENÚ SENSE GLUTEN**  
 Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,  
 Pollastre rostit (s/al·lèrg.) i amanida del temps  
 Fruita de temporada

**DIVENDRES**  
 15 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot  
 Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada  
 Fruita de temporada

**DILLUNS**  
 18 Verdura tricolor  
 Llenties estofades amb arròs integral  
 Fruita de temporada

**DIMARTS**  
 19 Hummus de cigrons amb crudités  
 Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps  
 Fruita de temporada

**DIMECRES**  
 20 Cuscús amb verdures de temporada a daus  
 Pollastre rostit (s/al·lèrg.) amb daus de carbassó al forn  
 Fruita de temporada

**DIJOUS**  
 21 Arròs integral amb salsa de tomàquet  
 Truita a la francesa amb amanida i vinag. de pera  
 Fruita de temporada

**DIVENDRES**  
 22 **Festa**

**DILLUNS**  
 25 **Festa**

**DIMARTS**  
 26 Verdura tricolor de temporada  
 Macarrons amb bolonyesa vegetal  
 Fruita de temporada

**DIMECRES**  
 27 Crema de porros (s/crotons de pa)  
 Botifarra a la planxa amb mongetes i enciams  
 Fruita de temporada

**DIJOUS**  
 28 **DIA DE LA NUTRICIÓ**  
 Espaguetis integrals la napolitana  
 Truita de patata i ceba amb amanida del temps  
 Fruita de temporada

**DIVENDRES**  
 29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega  
 Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps  
 Iogurt ecològic

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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**4**  
Macarrons integrals a la napolitana  
Falafels amb salsa de iogurt  
Fruita de temporada

**5**  
Verdura de temporada amb oli de porros  
Cuixa de pollastre a la llimona i amanida del temps  
Fruita de temporada

**6**  
Arròs integral tres delícies de verdures  
Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps  
Fruita de temporada

**7**  
Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot  
Trita de patata i ceba amb amanida del temps  
Iogurt

**8**  
Crema de carbassó  
Pollastre al forn amb salsa de poma i patata panadera  
Fruita de temporada

**11** **CUINA ANGLESA**  
Crema de llentia vermella i tomàquet  
Fish & chips  
Pa de pessic amb llimona

**12**  
Espaguetis integrals al pesto  
Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam  
Fruita de temporada

**13**  
Crema de pastanaga  
Mandonguilles de vedella amb samfaina i amanida  
Fruita de temporada

**14** **MENÚ SENSE GLUTEN**  
Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf.,  
Pollastre rostit amb herbes provençals i amanida  
Fruita de temporada

**15**  
Amanida de patata amb vinagreta de pebrot  
Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada  
Fruita de temporada

**18**  
Verdura tricolor  
Llenties estofades amb arròs integral  
Fruita de temporada

**19**  
Hummus de cigrons amb torrades  
Trita de carbassó i ceba amb amanida  
Fruita de temporada

**20**  
Cuscús amb verdures de temporada a daus  
Pollastre rostit amb daus de carbassó al forn  
Fruita de temporada

**21**  
Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Llenguadina l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera  
Fruita de temporada

**22**  
**Festa**

**25**  
**Festa**  
Verdura tricolor de temporada  
Macarrons amb bolonyesa vegetal  
Fruita de temporada

**27**  
Crema de porros amb crostons de pa  
Hamburg. vedella a la planxa amb mongetes i enciams  
Fruita de temporada

**28** **DIA DE LA NUTRICIÓ**  
Espaguetis integrals la napolitana  
Trita de patata i ceba amb amanida del temps  
Fruita de temporada

**29**  
Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega  
Pollastre amb s.verdures amb amanida del temps  
Iogurt ecològic

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

**Créixer en grup també és això: escoltar i sentir-se escoltat.**

**MAIG**

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



					<h1>Festa</h1>
4 Macarrons integrals a la napolitana (s/form..) Falafels amb salsa de tomàquet Fruita de temporada (no kiwi)	5 Verdura de temporada amb oli de porros Trita f.cigró amb pat., ceba i pstga., amb amanida Fruita de temporada (no kiwi)	6 Arròs integral tres delícies de verdures Estofat de llenties amb verdures Fruita de temporada (no kiwi)	7 Empedrat de mongetes i vinagreta de pebrot Trita farina de cigró amb pat.,-ceba i amanida logurt de soja	8 Crema de carbassó Hamburg. vegetal amb salsa de poma i pat., panadera Fruita de temporada (no kiwi)	
11 <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de llentia vermella i tomàquet Arròs integral tres delícies de verdures Pa de pessic amb llimona	12 Espaguetis integrals amb oli d'alf., (s/form..) Trita f.cigró amb patata i pstga. i enciam Fruita de temporada (no kiwi)	13 Crema de pastanaga Mandonguilles vegetals amb samfaina i amanida del temps Fruita de temporada (no kiwi)	14 <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. amb carbassó, albg., pastga i oli d'alf., Trita f.cigró amb patata i carbassó i enciam Fruita de temporada (no kiwi)	15 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada (no kiwi)	
18 Verdura tricolor Llenties estofades amb arròs integral Fruita de temporada (no kiwi)	19 Hummus de cigrons amb torrades Trita f.cigró amb patata i carbassó i enciam Fruita de temporada (no kiwi)	20 Cuscús amb verdures de temporada a daus Hamburguesa vegetal amb daus de carbassó al forn Fruita de temporada (no kiwi)	21 Arròs integral amb salsa de tomàquet Falafels amb salsa de tomàquet Fruita de temporada (no kiwi)	22	<h1>Festa</h1>
25	26 Verdura tricolor de temporada Macarrons amb bolonyesa vegetal (s/form..) Fruita de temporada (no kiwi)	27 Crema de porros amb crostons de pa Estofat de mongetes seques Fruita de temporada (no kiwi)	28 <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis integrals la napolitana (s/form..) Trita farina de cigró amb pat.,-ceba i amanida Fruita de temporada (no kiwi)	29 Amanida d'arròs amb tomàquet i alfàbrega Llenties estofades Fruita de temporada (no kiwi)	

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

**MAIG**

**Educar també és escoltar**

**Educar també vol dir escoltar.** Tenir en compte el que diuen els infants i joves és clau perquè se sentin a gust, respectats i part del grup.

**Escoltar és parar atenció de manera conscient: al que expliquen, al que senten i al que necessiten.** En el dia a dia de l'espai migdia, busquem moments perquè puguin dir la seva, opinar i participar en allò que passa al menjador. En aquest camí, compartir petites responsabilitats —com cuidar els espais o ajudar en les tasques del menjador— també els ajuda a guanyar autonomia i a sentir-se part important del col·lectiu. Altres projectes i dinàmiques ens ajuden en aquest objectiu.

**Sentir-se escoltat afavoreix un bon clima.** Això fa que tant l'estona de dinar com la de lleure siguin més agradables, tranquil·les i compartides. També és una bona oportunitat per aprendre a escoltar els altres, respectar els torns de paraula i conviure amb diferents maneres de pensar.

**Acompanyem els infants i joves perquè puguin expressar-se i formar part del dia a dia.**



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>Festa</b>				
<p><b>4</b> Macarrons int. napolitana (80g pasta-2R) Falafels (2 un.-1R) amb salsa de iogurt Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)</p>	<p><b>5</b> Bròquil i pat., amb oli de porro (65g pat.-1R) Cuixa de pollastre llimona, amanida i arròs (90g arròs-2R) Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)</p>	<p><b>6</b> Arròs integral tres delícies de verdures (135g arròs-3R) Lluç al forn amb all i julivert i amanida del temps Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)</p>	<p><b>7</b> Empedrat de mongetes (110 llegum - 2R) (s/vinagr.,) Trita de pat., i ceba (35g pat.,-1R) amb amanida iogurt (1unitat-0,5R) - PA (20g-1R)</p>	<p><b>8</b> Crema de carbassó (65g pat.-1R) Llom al forn amb pat., caliu (70g - 2R) (s/s.poma) Fruita de temporada</p>
<p><b>11</b> <b>CUINA ANGLESA</b> Crema de llentia vermella i tomàquet (100g lleg.-2R) Fish &amp; chips (20g - 1R) iogurt (1unitat-0,5R) - PA (20g-1R)</p>	<p><b>12</b> Espaguetis integrals al pesto (120g pasta-3R) Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)</p>	<p><b>13</b> Crema de pstga. (100g past.-0,5R i 65g pat.-1R) Mandong. Mixtes, samfaina, amanida i arròs (45g arròs-1R) Fruita de temporada (1R) - PA (20gr-1R)</p>	<p><b>14</b> <b>MENÚ SENSE GLUTEN</b> Arròs int. carbssó, albg., pstga i oli d'alf., (135g arròs-3R) Pollastre rostit, herbes provençals i amanida Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)</p>	<p><b>15</b> Amanida de patata (97,5 pat.bull.-1,5R) Cigrons sortits de l'olla (110g llegum - 2R) Fruita de temporada (1R) - NO PA</p>
<p><b>18</b> Bròquil (s/patata bullida) Llenties (100g lleg.-2R) estof. amb arròs (45g arròs-1R) Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)</p>	<p><b>19</b> Hummus de mong. seques (110 llegum - 2R) amb crudités Trita de carb. i ceba (35g pat.,-1R) amb amanida Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)</p>	<p><b>20</b> Cuscús amb verd. de temp., a daus (120g cuscús-3R) Pollastre rostit amb daus de carbassó al forn Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)</p>	<p><b>21</b> Arròs integral amb salsa de tomàquet (135g arròs-3R) Llenguadina l'andalusa amb amanida i vinagreta de pera Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)</p>	<b>Festa</b>
<b>Festa</b>	<p><b>26</b> Mongeta verda (s/patata) Maca. int. amb bolo., veg. (80g pasta-2R, 30g bolo.veg. - 1R) Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)</p>	<p><b>27</b> Crema de porros (65g pat.-1R) Botifarra planxa amb mong. (82,5g mog.-1,5R) i enciams Fruita de temporada (1R) - PA (20gr-1R)</p>	<p><b>28</b> <b>DIA DE LA NUTRICIÓ</b> Espaguetis integrals la napolitana (80g pasta-2R) Trita de pat., i ceba (35g pat.,-1R) amb amanida Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)</p>	<p><b>29</b> Amanida de llenties amb tom., i alf., (100g lleg.-2R) Pollastre amb s.verd., amanida i arròs (45g arròs-1R) iogurt (1unitat-0,5R) - PA (20g-1R)</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. És 1 ració HC amb pell: 150g de poma, taronja, préssec, i pera, 100g de kiwi, nectarina, i pruna i 75g de plàtan. Totes les racions d'HC són en cuit. Oferim pa integral

Benvolgudes famílies,

Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària on prima una dieta equilibrada. Els nostres plats conserven el nom gastronòmic corresponent perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura.

Destaquem que tots els nostres plats són elaborats sobre les bases de la cuina tradicional catalana i mediterrània. Tenim el segell Marca **Cuina Catalana**.

Els nostres Caps de Cuina, cuiners i cuineres, fan processos d'aprenentatge a fi d'aconseguir traslladar a la cuina de col·lectivitats tota la cultura gastronòmica de la cuina tradicional. Realitzem tallers de cuina per treballar noves receptes i millorar-ne d'altres.

D'acord amb el nostre compromís amb l'RSC, un dels nostres eixos de treball és millorar la salut de les persones. Cada temporada revisem les nostres propostes de menús per introduir de manera progressiva, i d'acord amb l'escola, les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de la Generalitat (ASPCAT).



**C!**  
CUINA CATALANA

## MÉS



**Fruites**



**Hortalisses**



**Llegums**



**Fruita seca**



**Activitat física i social**

## CANVIEU A



**Aigua**



**Aliments integrals**



**Oli d'oliva**



**Aliments de temporada i proximitat**

## MENYS



**Sal**



**Sucre**



**Carn vermella i processada**



**Aliments ultraprocessats**