



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Croquetes de bacallà amb enciam i olives negres Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Pollastre amb salsa de llimona amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles mixtes amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Saltat de llenties amb arròs integral, ceba i cibulet Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam logurt ecològic	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna Fruita de temporada	18 Amanida de llacets Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Llenties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de porc Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Cassola de pollastre Thai Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. La varietat de verdures dels nostres menús està determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals. Les fruites que oferirem aquest mes són: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espinacs a la catalana Truïta paisana amb amanida del temps Fruïta de temporada	9 Crema de verdures amb mill Falafels amb samfaina Fruïta de temporada	10 Rodanxes de patata, ceba i coliflor al forn Calamars a la marinera Fruïta de temporada	11 Festa
	14 Sopa de galets Hamburguesa de llegum amb amanida del temps Fruïta de temporada	15 Verdura de temporada amb oli de romaní Llenguadina a l'andalusa amb amanida del temps Fruïta de temporada	16 Amanida de tomàquets, cogombres i olives Fesols guisats amb bolets Fruïta de temporada	17 Amanida d'arròs integral Pit de gall dindi al curri amb daus de carbassó Fruïta de temporada	18 Mongeta tendra i patata Remenat d'ou amb bolets i cibulet i amanida del temps Fruïta de temporada
	21 Arròs integral amb porro i fonoll Truïta a la francesa amb amanida del temps Fruïta de temporada	Wok de pasta amb verdures Peix blau al forn i amanida del temps Fruïta de temporada	23 Crema de porro i poma Llenties amb arròs integral, curri i romaní Fruïta de temporada	24	25 Carbassa, coliflor i bròquil gratinats Hamburguesa casolana de cigrons i carbassó Fruïta de temporada
	28 Mongeta tendra amb patata Mongetes seques amb picada d'all i julivert Fruïta de temporada	29 Cuscús amb verdures de temporada Truïta paisana amb amanida del temps Fruïta de temporada	30 Sopa d'arròs Calamars a la romana amb amanida del temps Fruïta de temporada		

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.

Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuïnes, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis (s/g) amb salsa de tomàquet Llenguadina a l'andalus (s/al·lèrg.) enciam i olives Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Pollastre amb salsa de llimona amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles mixtes amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Salat de mongetes seques amb arròs integral, ceba i cibulet Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam logurt de soja	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna (s/al·lèrg.) Fruita de temporada	18 Amanida de pasta (s/g) Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Estofat de mongetes seques Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades (s/g) Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Pasta (s/g) amb verdures de temporada a daus Estofat de porc Fruita de temporada
	28 Espaguetis (s/g) la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Amanida de cigrons amb tomàquet i alfàbrega Cassola de pollastre amb verdures (s/al·lèrg.) Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons (s/g) amb bolonyesa de carn d'au Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Llenguadina a l'andalus (s/al·lèrg.) enciam i olives Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Pollastre amb salsa de llimona amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles mixtes amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Saltat de llenties amb arròs integral, ceba i cibulet Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam logurt ecològic	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna (s/al·lèrg.) Fruita de temporada	
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Llenties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons (s/al·lèrg.) amb torrades (s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de porc Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Cassola de pollastre Thai (s/al·lèrg.) Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Llenguadina a l'andalus (s/al·lèrg.) enciam i olives Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Pollastre amb salsa de llimona amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Gall dindi a la planxa amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles mixtes amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Saltat de llenties amb arròs integral, ceba i cibulet Gall dindi a la planxa amb enciams variats logurt ecològic	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna (s/al·lèrg.) Fruita de temporada	18 Amanida de pasta (s/ou) Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Llenties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades (s/al·lèrg.) Gall dindi a la planxa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús (s/ou) amb verdures de temporada a daus Estofat de porc Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Cassola de pollastre Thai Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Llenguadina a l'andalus (s/al·lèrg.) enciam i olives Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Pollastre amb salsa de llimona amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Gall dindi a la planxa amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles mixtes amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Saltat de llenties amb arròs integral, ceba i cibulet Gall dindi a la planxa amb enciams variats logurt ecològic	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna (s/al·lèrg.) Fruita de temporada	18 Amanida de pasta (s/ou) Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Llenties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades (s/al·lèrg.) Gall dindi a la planxa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús (s/ou) amb verdures de temporada a daus Estofat de porc Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Cassola de pollastre Thai Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Llenguadina a l'andalusa (s/al·lèrg.) enciam i olives Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Pollastre amb salsa de llimona amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles mixtes amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Saltat de llenties amb arròs integral, ceba i cibulet Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam logurt de soja	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna (s/al·lèrg.) Fruita de temporada	18 Amanida de llacets Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Llenties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades (s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de porc Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Cassola de pollastre Thai Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.





SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis (p.ref.) amb s.tomàquet natural Llenguadina andalusa (s/al·lèrg.), enciam i olives (s/vinagreta), logurt ecològic	9 Carbassó i patata amb oli d'oliva Pollastre al forn amb enciams variats (s/vinagreta) F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)	10 Amanida d'arròs blanc (s/pastga.-ceba) Truita de patata (s/ceba), enciam i cogombre (s/vinagreta) F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)	11 Festa
	14 Mongeta i patata bullida amb oli d'oliva Llom a la planxa amb enciams (s/vinagreta) F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)	15 Arròs blanc saltat amb carbassó Pollastre al forn amb enciam i tomàquet (s/vinagreta) F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)	16 Arròs amb oli d'alfàbrega Remenat d'ou amb s.tom. natural enciam (s/vinagreta) logurt ecològic	17 Crema de carbassó (s/ceba) Bacallà al forn amb enciam (s/vinagreta) F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)	18 Llacets amb oli d'oliva i orenga Truita de patata (s/ceba), enciam i cogombre (s/vinagreta) F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)
	21 Bleda i patata bullida amb oli d'oliva Pollastre rostit amb enciam i cogombre (s/vinagreta) F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)	22 Mongeta i patata bullida amb oli d'oliva Lluç al forn (s/all-juliv.), enciams variats (s/vinagreta) F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)	23 Crema de bròquil (s/ceba) Truita de carbassó (s/ceba), enciam i tomàquet (s/vinagreta) F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)	24 Festa	25 Cuscús amb daus de carbassó Llom a la planxa amb enciams variats i oli d'oliva F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)
	28 Espaguetis (p.ref.) amb s.tomàquet natural Lluç al forn (s/all) , enciam i olives (s/vinagreta) F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)	29 Amanida d'arròs blanc amb tomàquet i alfàbrega Pollastre a la planxa amb enciams variats (s/vinagreta) F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)	30 Crema de carbassó (s/ceba) Macarrons (p.ref.) amb bolonyesa de carn d'au F. (taronja, mandarina, préssec i plàtan)		



En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.

Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.



SETEMBRE

Comencem un curs molt especial

Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies.

Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. **Celebrarem 60 anys d'ofici**, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles.

En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima.

Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

8 MENÚ DE BENVINGUDA

Espaguetis integrals amb s.tomàquet (80g pasta-2R)

Croquetes de bacallà (3un.-2R) enciam i olives

logurt (1unitat-0,5R) -NO PA

9

Carbassó i patata (97,5g pat.bull.-1,5R)

Pollastre a la llimona, am.i arròs (45g arròs-1R)

Fruita de temporada (1R) - PA (20gr-1R)

10

Amanida d'arròs (67,5g arròs-1,5R)

Trita de patata (35g pat.forn.-1R), enciam i cogombre

Fruita de temporada (1R) - PA (20gr-1R)

11

Festa

14
Mongeta i patata (130g pat.bull.-2R)

Mandonguilles mixtes amb samfaina, enciams variats

Fruita de temporada (1,5R) - PA (20gr-1R)

15
Arròs integral tres delícies de verdures (135g arròs-3R)

Pollastre al forn amb enciam i tomàquet

Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)

16
Saltat lleties (100g lleg.-2R) i arròs (45g arròs-1R)

Remenat d'ou amb s.tomàquet i enciam

logurt (1unitat-0,5R) - PA (20g-1R)

17
Crema de carbassó (65g pat.bull.-1R)

Bacallà a la llauna (82,5g lleg.-1,5R)

Fruita de temporada (1R) - PA (20gr-1R)

18
Amanida de llacets (50g pasta-1R)

Cigrans sortits de l'olla(110g lleg.-2R)

Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)

21
Bleda i patata bullida (97,5g pat.bull.-1,5R)

Pollastre al forn, am.i arròs integ.(45g arròs.-1R)

Fruita de temporada (1R) - PA (20gr-1R)

22
Amanida de patata (65g pat.bull.-1R)

Lleties (50g lleties-1R) amb arròs (45g arròs-1R)

Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)

23
Hummus cigrons (55g cigró-1R) i torrades(15gr-1R)

Trita carbassó (35g pat.forn.-1R), enciam i tom.

Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)

24

Festa

25
Cuscús amb verdures (50g pasta-1R)

Estofat de porc (65g pat.bull.-1R)

Fruita de temporada (1,5R) - PA (20gr-1R)

28
Espaguetis integrals la napolitana(80g pasta-2R)

Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives

Fruita de temporada (1,5R) - PA (20gr-1R)

29
Amanida de lleties (150g lleg.-3R)

Cassola de pollastre Thai

Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)

30
Mongeta bullida i oli d'oliva

Macarrons amb bol. Veg.(80g pasta-2R; 30g b.veg.-1R)

Fruita de temporada (1R) - PA (10gr-0,5R)

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Croquetes de bacallà amb enciam i olives negres Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Pollastre (halal) amb s.Llimona amb enciam i remol. Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles de vedella (halal) amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Pollastre (halal) al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Saltat de llenties amb arròs integral, ceba i cibulet Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam logurt ecològic	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna Fruita de temporada	18 Amanida de llacets Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Pollastre (halal) rostit amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Llenties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de vedella (halal) Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives negres Fruita de temporada	29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Cassola de pollastre (halal) Thai Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Croquetes d'espínacs amb enciam i olives negres Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Hamburguesa vegetal amb s.de tom., enciam i remol. Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles vegetals amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Amanida de mongetes seques Arròs integral tres delícies de verdures Fruita de temporada	16 Saltat de llenties amb arròs integral, ceba i cibulet Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam Iogurt ecològic	17 Crema de carbassó Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	18 Amanida de llacets Cigróns sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Falafels amb salsa de iogurt amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Llenties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de mongetes seques Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Truita de farina de cigró amb enciam i olives negres Fruita de temporada	29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Truita de patata amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Croquetes de bacallà amb enciam i olives negres Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Hamburguesa vegetal amb s.de tom., enciam i remol. Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles vegetals amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Lluç al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Saltat de llenties amb arròs integral, ceba i cibulet Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam logurt ecològic	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna Fruita de temporada	18 Amanida de llacets Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Falafels amb salsa de iogurt amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Llenties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de mongetes seques Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Truita de patata amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis (s/g) amb salsa de tomàquet Llenguadina a l'andalus (s/al·lèrg.) enciam i olives Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Pollastre amb salsa de llimona amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles mixtes amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Saltat de mongetes seques amb arròs, ceba i cibulet Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam logurt ecològic	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna (s/al·lèrg.) Fruita de temporada	18 Amanida de pasta (s/g) Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Estofat de mongetes seques Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades (s/g) Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Pasta (s/g) amb verdures de temporada a daus Estofat de porc Fruita de temporada
	28 Espaguetis (s/g) la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Amanida de cigrons amb tomàquet i alfàbrega Cassola de pollastre amb verdures (s/al·lèrg.) Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons (s/g) amb bolonyesa de carn d'au Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Llenguadina a la planxa enciam i olives negres Fruita de temporada	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Hamburguesa vegetal amb s.de tomàquet, enciam i remolatxa Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de farina de cigró amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles vegetals amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Lluç al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Amanida d'arròs Saltat de lleties amb arròs integral, ceba i cibulet logurt natural sense lactosa	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna (s/al·lèrg.) Fruita de temporada	18 Amanida de llacets (s/ou) Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Falafels al forn amb s.tomàquet, enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Lleties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades (s/al·lèrg.) Bacallà a la planxa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de mongetes seques Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Amanida de lleties amb tomàquet i alfàbrega Bacallà al forn amb enciam i cogombre Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Llenguadina a l'andalus (s/al·lèrg.) enciam i olives Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Pollastre amb salsa de llimona amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles mixtes amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Saltat de llenties amb arròs integral, ceba i cibulet Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam logurt natural sense lactosa	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna (s/al·lèrg.) Fruita de temporada	18 Amanida de llacets Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Llenties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades (s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de porc Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Cassola de pollastre Thai Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis (p.arròs) amb salsa de tomàquet Llenguadina a l'andalus (s/al·lèrg.) amb enciam i olives logurt ecològic	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Pollastre amb salsa de llimona amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Llom a la planxa amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Saltat d'arròs integral, ceba i cibulet (s/llegum) Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam logurt ecològic	17 Crema de carbassó Bacallà al forn amb enciam i olives negres Fruita de temporada	18 Amanida de pasta d'arròs Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i remolatxa Plàtan	23 Crema de carbassa Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Pasta d'arròs amb verdures de temporada a daus Estofat de porc Fruita de temporada
	28 Espaguetis (p.arròs) la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Amanida d'arròs amb tomàquet i alfàbrega Cassola de pollastre amb verdures (s/al·lèrg.). Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons (p.arròs) amb bolonyesa de carn d'au Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Llenguadina a l'andalus (s/al·lèrg.) enciam i olives Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Pollastre amb salsa de llimona amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles mixtes amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Saltat de llenties amb arròs integral, ceba i cibulet Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam logurt ecològic	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna (s/al·lèrg.) Fruita de temporada	18 Amanida de llacets Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Llenties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons (s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de porc Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives Fruita de temporada	29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Cassola de pollastre Thai Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Croquetes de bacallà amb enciam i olives negres Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Pollastre amb salsa de llimona amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles de vedella amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Arròs integral tres delícies de verdures Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	16 Saltat de llenties amb arròs integral, ceba i cibulet Remenat d'ou amb salsa de tomàquet i enciam logurt ecològic	17 Crema de carbassó Bacallà a la llauna Fruita de temporada	18 Amanida de llacets Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Llenties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades Truita de carbassó i ceba amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de vedella Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Lluç al forn sobre llit de carbassó amb enciam i olives negres Fruita de temporada	29 Amanida de llenties amb tomàquet i alfàbrega Cassola de pollastre Thai Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.



SETEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Comencem un curs molt especial Setembre és temps de retrobaments, de nous reptes i d'il·lusions renovades. A les cuines, als menjadors i als espais de lleure, els nostres equips ja ho tenen tot a punt per començar un nou curs al costat dels infants, de les escoles i de les famílies. Aquest curs serà especialment significatiu per a F.Roca. Celebrarem 60 anys d'ofici, una trajectòria construïda amb estima, compromís i una manera d'entendre la nostra feina que ha anat creixent i evolucionant al costat de les escoles. En aquestes sis dècades hem estat testimonis dels grans canvis que ha viscut el menjador escolar, i també n'hem format part. Hem vist com aquell espai que donava resposta a una necessitat bàsica s'ha anat transformant en un espai educatiu, de convivència i de creixement: una aula més de l'escola. I nosaltres hem tingut el privilegi de contribuir a aquesta evolució, convençuts que l'Espai Migdia és un temps valuós que mereix ser cuidat amb sensibilitat, ofici i estima. Comencem aquest curs amb la il·lusió intacta i amb la voluntat de continuar posant el nostre ofici al servei d'allò que és més important: els infants i el seu creixement. Perquè cada generació d'infants i joves ens recorda que cuidar l'Espai Migdia és també una manera de cuidar el seu present i el seu futur.		8 MENÚ DE BENVINGUDA Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet Falafels amb enciam i olives negres Gelat de gel	9 Carbassó, pastanaga i patata amb oli de porro Hamburguesa vegetal amb s.de tom.t, enciam i remol. Fruita de temporada	10 Amanida d'arròs integral Truita de farina de cigró amb enciam i cogombre Fruita de temporada	11 Festa
	14 Mongeta, pastanaga i patata amb all i julivert Mandonguilles vegetals amb samfaina, enciam i moniato Fruita de temporada	15 Amanida de mongetes seques Arròs integral tres delícies de verdures Fruita de temporada	16 Amanida d'arròs Saltat de lleties amb arròs integral, ceba i cibulet Fruita de temporada	17 Crema de carbassó Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	18 Amanida de llacets Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Plàtan
	21 Bleda, patata i pastanaga amb oli d'alfàbrega Falafels amb salsa de tomàquet, enciam i cogombre Fruita de temporada	22 Amanida de patata amb vinagreta de pebrot Lleties estofades amb arròs integral Plàtan	23 Hummus de cigrons amb torrades Saltat de seità amb verdures, enciam i tomàquet Fruita de temporada	24 Festa	25 Cuscús amb verdures de temporada a daus Estofat de mongetes seques Fruita de temporada
	28 Espaguetis integrals la napolitana Truita de farina de cigró amb enciam i olives negres Fruita de temporada	29 Amanida de lleties amb tomàquet i alfàbrega Daus de tofu marinats amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	30 Crema de pastanaga Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal Plàtan		



Benvinguts a un curs que, per a nosaltres, serà molt especial. Ens fa molta il·lusió compartir-lo amb vosaltres.

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i de qualitat, tot potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb un alt contingut de llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió preveu la reducció del malbaratament alimentari i dels residus. Fruïtes del mes: plàtan, poma, pera, síndria, meló i nectarina.

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