

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada de verdures amb mongeta seca del ganxet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Llenties estofades</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya de verdures i llenties</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis al pesto</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors</p> <p>Pollastre arrebossat i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>	<p>27 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza de gall dindi i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				
<p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>					

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10</p> <p>Espàrrecs verds amb salsa "romesco"</p> <p>Gall dindi a la planxa amb moniato al forn</p> <p>Fruita variada</p>	<p>11</p> <p>Sopa de ceba</p> <p>Creps de verdures i tofu amb amanida</p> <p>Fruita variada</p>	<p>12</p> <p>Mongetes seques amb espinacs</p> <p>Truita de pastanaga i porro amb enciams i poma</p> <p>logurt natural</p>	<p>13</p> <p>Amanida de l'hort i formatge fresc</p> <p>Broquetes de conill, cebetes i tomàquets xerri</p> <p>Fruita variada</p>	<p>14</p> <p>Arròs integral a la milanesa</p> <p>Sardines al forn amb llit de ceba i patata</p> <p>Fruita variada</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17</p> <p>Favetes saltats amb ceba</p> <p>Truita de coliflor amb amanida del temps</p> <p>Fruita variada</p>	<p>18</p> <p>Verdures gratinades al forn</p> <p>Rap amb verdures a la papillota</p> <p>Fruita variada</p>	<p>19</p> <p>Hummus amb bastonets d'hortalisses</p> <p>Paninni 4 formatges</p> <p>Fruita variada</p>	<p>20</p> <p>Sopa de pistons</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i brots de soja</p> <p>logurt natural</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24</p> <p>Albergínies farcides</p> <p>Verat al forn amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita variada</p>	<p>25</p> <p>Amanida de temporada amb poma i codony</p> <p>Arròs a la cassola</p> <p>Fruita variada</p>	<p>26</p> <p>Pasta integral amb oli d'oliva, all i orenga</p> <p>Remenat de puntes d'espàrrecs amb amanida</p> <p>Fruita variada</p>	<p>27</p> <p>Crema de verdures i llegum</p> <p>Filet de porc a la planxa amb verdures al forn</p> <p>Fruita variada</p>	<p>28</p> <p>Sopa minestrone</p> <p>Croquetes variades amb enciam de colors i pipes</p> <p>logurt natural</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p>	<p>31</p> <p>Cuscús amb verdures</p> <p>Ous durs amb samfaina</p> <p>Fruita variada</p>				
<p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>					

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada de verdures amb mongeta seca del ganxet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Llenties estofades</p> <p>Truita de patata i calçots (ou ben cuit) amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets (ou ben cuit) i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya de verdures i llenties</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis al pesto</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors</p> <p>Pollastre arrebossat i amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>27 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba (ou ben cuit) i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza de gall dindi i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies, Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus (s/ou) Falafels i amanida del temps (s/iogurt) Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida Lleguadina al forn amb puré de poma Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato Fideuada (s/ou) de verdures amb mongeta seca Fruita de temporada</p>	<p>14 Amanida d'hortalisses Llenties estofades Iogurt natural (SOJASUN)</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades Bacallà a la llauna Fruita de temporada</p>	<p>18 Amanida de l'hort amb llegum Macarrons (s/ou) amb salsa de remolatxa Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada Lasanya (s/ou) de verdures i llenties (s/al·lèrg.) Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat Tofu al curri i amanida del temps Iogurt natural (SOJASUN)</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat Llenties amb arròs integral i toc de romaní Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis (s/ou) amb oli i alfàbrega Lluç al forn amb salsa moniato i amanida Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors (s/al·lèrg.) Llenguadina andalusa i amanida del temps Iogurt natural (SOJASUN)</p>	<p>27 Amanida d'hortalisses Cigrons guisats Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga Paella de verdures i llegum Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga) Pizza (s/al·lèrg.) verdures i amanida del temps Fruita de temporada</p>				
<p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>					

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies, Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus (s/ou) Falafels i amanida del temps (s/iogurt) Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida Llom al forn amb puré de poma Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato Fideuada (s/ou) de verdures amb mongeta seca Fruita de temporada</p>	<p>14 Amanida d'hortalisses Llenties estofades Iogurt natural (SOJASUN)</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades Bacallà a la llauna Fruita de temporada</p>	<p>18 Amanida de l'hort amb llegum Macarrons (s/ou) amb salsa de remolatxa Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada Lasanya (s/ou) de verdures i llenties (s/al·lèrg.) Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat Pollastre al curri i amanida del temps Iogurt natural (SOJASUN)</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat Llenties amb arròs integral i toc de romaní Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis (s/ou) amb oli i alfàbrega Lluç al forn amb salsa moniato i amanida Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors (s/al·lèrg.) Pollastre arrebossat (s/ou) i amanida del temps Iogurt natural (SOJASUN)</p>	<p>27 Amanida d'hortalisses Cigrons guisats Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga Paella de verdures i llegum Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga) Pizza (s/al·lèrg.) p.país i amanida del temps Fruita de temporada</p>				

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Pollastre al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada de verdures amb mongeta seca del ganxet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Llenties estofades</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Monguetes seques amb verdures de temporada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya de verdures i llenties</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Crema de llegum i verdures</p> <p>Espaguetis al pesto</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors</p> <p>Pollastre arrebossat i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>	<p>27 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de gall dindi i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada de verdures amb mongeta seca del ganxet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Llenties estofades</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya de verdures i llenties (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis amb oli i alfàbrega</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors (s/al·lèrg.)</p> <p>Pollastre arrebossat i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>	<p>27 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza de gall dindi (s/al·lèrg.) i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus (s/lleg.)</p> <p>Pollastre amb s.iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada (s/lleg.) verdures (sense llegum)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Patates estofades</p> <p>Truita francesa i amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la planxa amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons (p.ref.) amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya (p.ref.) de verdures (s/lenties)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Carn magra arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis (p.ref.) al pesto</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors (s/al·lèrg.)</p> <p>Pollastre arrebossat i amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>27 Patates estofades</p> <p>Truita francesa i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures (s/llegum)</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.)perni país i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p> <p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p> <p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p> <p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom amb puré de poma (s/pell)</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada de verdures amb mongeta seca del ganxet</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>	<p>14 Llenties estofades</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>	<p>18 Macarrons amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya de verdures i llenties (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri (poma s/pell) i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>	<p>21 Arròs caldós amb verdures</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb saltat de bolets</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>
<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>	<p>25 Espaguetis amb oli i alfàbrega</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>	<p>26 Sopa de pescadors (s/al·lèrg.)</p> <p>Pollastre arrebossat i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>	<p>27 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba i amanida del temps</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>	
<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza de gall dindi (s/al·lèrg.) i amanida del temps</p> <p>Fruita permesa s/pell (no préssec ni meló)</p>					

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies, Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus (s/ou)</p> <p>Falafels amb s.de iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada (no préssec)</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada (no préssec)</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada (no préssec)</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada (s/ou) de verdures amb mongeta seca</p> <p>Fruita de temporada (no préssec)</p>	<p>14 Amanida d'hortalisses</p> <p>Llenties estofades</p> <p>logurt natural</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada (no préssec)</p>	<p>18 Amanida de l'hort amb llegum</p> <p>Macarrons (s/ou) amb salsa de remolatxa</p> <p>Fruita de temporada (no préssec)</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya (s/ou) de verdures i llenties (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada (no préssec)</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i amanida del temps</p> <p>logurt natural</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada (no préssec)</p>	<p>25 Espaguetis (s/ou) amb oli i alfàbrega</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita de temporada (no préssec)</p>	<p>26 Sopa de pescadors (s/al·lèrg.)</p> <p>Pollastre arrebossat (s/ou) i amanida del temps</p> <p>logurt natural</p>	<p>27 Amanida d'hortalisses</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada (no préssec)</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada (no préssec)</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) gall dindi i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada (no préssec)</p>				
<p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>					

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus (s/ou)</p> <p>Falafels amb s.de iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruïta permesa pelada (no préssec)</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruïta permesa pelada (no préssec)</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruïta permesa pelada (no préssec)</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada (s/ou) de verdures amb mongeta seca</p> <p>Fruïta permesa pelada (no préssec)</p>	<p>14 Amanida d'hortalisses</p> <p>Llenties estofades</p> <p>logurt natural</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruïta permesa pelada (no préssec)</p>	<p>18 Amanida de l'hort amb llegum</p> <p>Macarrons (s/ou) amb salsa de remolatxa</p> <p>Fruïta permesa pelada (no préssec)</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya (s/ou) de verdures i llenties (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruïta permesa pelada (no préssec)</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri (s/poma) i amanida del temps</p> <p>logurt natural</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruïta permesa pelada (no préssec)</p>	<p>25 Espaguetis (s/ou) amb oli i alfàbrega</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruïta permesa pelada (no préssec)</p>	<p>26 Sopa de pescadors (s/al·lèrg.)</p> <p>Pollastre arrebossat (s/ou) i amanida del temps</p> <p>logurt natural</p>	<p>27 Amanida d'hortalisses</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruïta permesa pelada (no préssec)</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum</p> <p>Fruïta permesa pelada (no préssec)</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) gall dindi i amanida del temps</p> <p>Fruïta permesa pelada (no préssec)</p>				
<p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>					

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies, Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Pollastre (s/pell) planxa i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada de verdures amb mongeta seca del ganxet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Llenties estofades</p> <p>Truita francesa amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la planxa amb mongetes seques</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets (s/patates) i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya de verdures i llenties</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre (s/pell) al curri i amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis oli i alfàbrega</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa d'arròs</p> <p>Pollastre (s/pell) planxa i amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>27 Cigrons guisats</p> <p>Truita francesa amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Gall dindi a la planxa i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus integrals</p> <p>Pollastre amb s.iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita (no poma, no plàtan)</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita (no poma, no plàtan)</p>	<p>12 Tallarines integrals amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita (no poma, no plàtan)</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada (s/lleg.) verdures (sense llegum)</p> <p>Fruita (no poma, no plàtan)</p>	<p>14 Patates estofades</p> <p>Truita francesa i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la planxa amb amanida del temps</p> <p>Fruita (no poma, no plàtan)</p>	<p>18 Macarrons amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita (no poma, no plàtan)</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya de verdures (s/lenties)</p> <p>Fruita (no poma, no plàtan)</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri (s/poma) i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Carn magra amb toc de romaní</p> <p>Fruita (no poma, no plàtan)</p>	<p>25 Espaguetis al pesto</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita (no poma, no plàtan)</p>	<p>26 Sopa de pescadors amb fideus (s/al·lèrg.)</p> <p>Pollastre arrebossat i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>	<p>27 Patates estofades</p> <p>Truita francesa i amanida del temps</p> <p>Fruita (no poma, no plàtan)</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Fideus amb verdures (s/llegum)</p> <p>Fruita (no poma, no plàtan)</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de verdures i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies, Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Falafels i amanida del temps (s/iogurt)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada de verdures amb mongeta seca del ganxet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Llenties estofades</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya de verdures i llenties (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis amb oli i alfàbrega</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors</p> <p>Pollastre arrebossat i amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p>27 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) p.país i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				
<p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>					

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa amb fideus (s/lleg.)</p> <p>Pollastre a la planxa i amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn i amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets s/ceba</p> <p>Lluç al forn s/all ni julivert i amanida hort. permeses</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>	<p>13 Crema de verdures tolerades amb patata</p> <p>Gall dindi a la planxa amb amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>	<p>14 Patata bullida amb oli d'oliva</p> <p>Truita francesa i amanida del temps</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patata bullida amb oli d'oliva</p> <p>Bacallà a la llauna s/mongetes seques</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>	<p>18 Macarrons (p.ref.) amb oli aromatitzat</p> <p>Truita de bolets (s/ceba) i amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>	<p>19 Crema de verdures tolerades amb patata</p> <p>Gall dindi a la planxa amb amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>	<p>20 Bledes i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri i amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata bullida</p> <p>Carn magra arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>	<p>25 Espaguetis (p.ref.) amb oli i alfàbrega</p> <p>Lluç al forn i amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>	<p>26 Sopa d'arròs</p> <p>Pollastre arrebossat i amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>	<p>27 Patata bullida amb oli d'oliva</p> <p>Truita francesa i amanida del temps</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>	<p>28 Crema de verdures tolerades amb patata</p> <p>Bacallà a la planxa i amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Gall dindi a la planxa i amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina</p>				
<p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>					

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Lleguadina al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada de verdures amb mongeta seca del ganxet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Llenties estofades</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya de verdures i llenties</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Peix al curri i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis al pesto</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors</p> <p>Falafels i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>	<p>27 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza de verdures i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				
<p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>					

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies, Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Lleguadina al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada de verdures amb mongeta seca del ganxet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Llenties estofades</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya de verdures i llenties</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis al pesto</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors</p> <p>Pollastre arrebossat i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>	<p>27 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza de gall dindi i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies, Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus (s/g) Falafels (s/g) i amanida del temps (s/iogurt) Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida Llom al forn amb puré de poma Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato Fideuada (s/g) de verdures amb mongeta seca (s/g) Fruita de temporada</p>	<p>14 Llenties estofades (s/g) Truita de patata i calçots amb amanida del temps Iogurt sense lactosa</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades Bacallà a la llauna (s/g) Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons (s/g) amb salsa de remolatxa Truita de bolets i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada Lasanya (s/g) de verdures i llenties (s/al·lèrg.) Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat Pollastre al curri i amanida del temps Iogurt sense lactosa</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat Llenties (s/g) amb arròs integral i toc de romaní Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis (s/g) oli i alfàbrega Lluç al forn amb salsa moniato i amanida Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors (s/al·lèrg.) Pollastre arrebossat (s/g) i amanida del temps Iogurt sense lactosa</p>	<p>27 Cigrons guisats (s/g) Truita de patata i ceba i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga Paella de verdures i llegum (s/g) Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga) Pizza (s/al·lèrg.) pernil país i amanida del temps Fruita de temporada</p>				
<p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>					

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies, Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus (s/g) Falafels (s/g) i amanida del temps (s/iogurt) Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida Llom al forn amb puré de poma Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato Fideuada (s/g) de verdures amb mongeta seca (s/g) Fruita de temporada</p>	<p>14 Llenties estofades (s/g) Truita de patata i calçots amb amanida del temps Iogurt sense lactosa</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades Bacallà a la llauna (s/g) Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons (s/g) amb salsa de remolatxa Truita de bolets i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada Lasanya (s/g) de verdures i llenties (s/al·lèrg.) Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat Pollastre al curri i amanida del temps Iogurt sense lactosa</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat Llenties (s/g) amb arròs integral i toc de romaní Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis (s/g) oli i alfàbrega Lluç al forn amb salsa moniato i amanida Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors (s/al·lèrg.) Pollastre arrebossat (s/g) i amanida del temps Iogurt sense lactosa</p>	<p>27 Cigrons guisats (s/g) Truita de patata i ceba i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga Paella de verdures i llegum (s/g) Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga) Pizza (s/al·lèrg.) pernil país i amanida del temps Fruita de temporada</p>				
<p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>					

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus (s/g)</p> <p>Falafels (s/g) amb s.iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada (s/g) de verdures amb mongeta seca (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Patates estofades</p> <p>Truita francesa amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la llauna (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons (s/g) amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya (s/g) de verdures (s/lenties)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Carn magra a la planxa amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis (s/g) al pesto</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors (s/g)</p> <p>Pollastre arrebossat (s/g) i amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>27 Cigrons guisats (s/g)</p> <p>Truita de patata i ceba i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum (s/g-lenties)</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de gall dindi i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10</p> <p>Sopa minestrone amb fideus (s/g)</p> <p>Falafels (s/g) i amanida del temps (s/iogurt)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11</p> <p>Bròquil i patata bullida</p> <p>Llenguadina al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12</p> <p>Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13</p> <p>Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada (s/g) de verdures amb mongeta seca (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14</p> <p>Llenties estofades (s/g)</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>logurt natural (SOJASUN)</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17</p> <p>Patates estofades</p> <p>Bacallà a la llauna (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18</p> <p>Macarrons (s/g) amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19</p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya (s/g) de verdures i llenties (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20</p> <p>Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i amanida del temps</p> <p>logurt natural (SOJASUN)</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24</p> <p>Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties (s/g) amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25</p> <p>Espaguetis (s/g) oli i alfàbrega aromatitzat</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26</p> <p>Sopa de pescadors (s/al·lèrg.)</p> <p>Pollastre arrebossat (s/g) i amanida del temps</p> <p>logurt natural (SOJASUN)</p>	<p>27</p> <p>Cigrons guisats (s/g)</p> <p>Truita de patata i ceba i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28</p> <p>Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p>	<p>31</p> <p>Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de verdures i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				
<p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>					

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus (s/g)</p> <p>Falafels (s/g) amb s.iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Lluç al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada (s/g) de verdures amb mongeta seca (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Llenties estofades (s/g)</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Bacallà a la llauna (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons (s/g) amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya (s/g) de verdures i llenties (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties (s/g) amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Espaguetis (s/g) al pesto</p> <p>Lluç al forn amb salsa moniato i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors (s/g)</p> <p>Pollastre arrebossat (s/g) i amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>27 Cigrons guisats (s/g)</p> <p>Truita de patata i ceba i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de gall dindi i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llom al forn amb puré de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Pollastre al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Fideuada de verdures amb mongeta seca del ganxet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Llenties estofades</p> <p>Truita de patata i calçots amb amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Patates estofades</p> <p>Monguetes seques amb verdures de temporada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Macarrons amb salsa de remolatxa</p> <p>Truita de bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Crema de verdures de temporada</p> <p>Lasanya de verdures i llenties</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Bledes i patata bullida amb oli aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Espinacs i patata amb oli aromatitzat</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Crema de llegum i verdures</p> <p>Espaguetis al pesto</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Sopa de pescadors</p> <p>Pollastre arrebossat i amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>	<p>27 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>31 Verdura tricolor (Bledes, nap, pastanaga)</p> <p>Pizza de gall dindi i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>				

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lergògens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals. Tot el llegum és dels pagesos de Cardedeu i els bolets del Bolet Ben Fet.

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. En aquest sentit:

- Tota la pasta, menys la pasta petita de sopa, és integral. Sempre oferim la possibilitat d'escollir pa integral.
- Oferim combinacions amb menys aportació de proteïna animal.
- Les combinacions quan tenim llegum de primer plat sempre són amb peix, ou o carn blanca de segon.
- Seguim les freqüències recomanades en relació al consum de carn vermella.

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



Sucres



Carn vermella i processada



Aliments ultraprocessats