



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis amb salsa napolitana i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardineria i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Llenties estofades</p> <p>Remenat d'alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i pipes</p> <p>logurt ecològic</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<h1>Vacances</h1>					
<p><b>18</b></p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>19</b> Macarrons al pesto</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>logurt d'ovella</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b> Crema de porro i nap</p> <p>Pizza de pollastre i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>	
<p><b>25</b> Cuscús amb salsa de verdures</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Espaguetis amb salsa de romesco suau i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> Amanida amb fruita, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b></p>	

**12 PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE**



**ROCA** since 1966  
www.froca.cat

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Minestra de verdures al vapor</p> <p>Pollastre a la planxa amb enciam i remolatxa Fruita de temporada</p>
	<p><b>4</b> Bledes amb patata i ceba</p> <p>Truita de mongeta seca amb enciam i olives Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Faves amb oli d'oliva</p> <p>Llom a la planxa amb pastanaga i raves Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Amanida d'arròs integral</p> <p>Bunyols de bacallà amb tomàquet al forn Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Coliflor, carbassa i moniato al vapor</p> <p>Sardines al forn amb enciam i sèsam logurt natural</p>	<p><b>8</b> Pasta integral amb porro i alfàbrega</p> <p>Hamburguesa de bròquil i formatge, i daus de remolatxa Fruita de temporada</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<h1>Vacances</h1>					
<p><b>18</b></p>	<p><b>19</b> Arròs integral amb pèsols</p> <p>Truita a la francesa i amanida del temps Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Crema de lleties</p> <p>Llobarro al forn amb enciam i ceba tendra Fruita de temporada</p>	<p><b>21</b> Sopa de fideus</p> <p>Gall dindi a la planxa amb salsa de verdures i enciam Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b> Amanida de l'hort</p> <p>Cigrons amb espinacs, all i julivert Fruita de temporada</p>	
<p><b>25</b> Amanida d'hortalisses de temporada</p> <p>Llenguadina al forn sobre llit de patata Fruita de temporada</p>	<p><b>26</b> Sopa minestrone amb arròs</p> <p>Bistec de vedella amb salsa a la jardinera i amanida Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Hummus amb torrades integrals</p> <p>Truita d'espàrrecs i enciam de tres colors logurt natural</p>	<p><b>28</b> Crema de verdures amb crostons</p> <p>Filet de pollastre arrebossat amb enciam i olives Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b></p>	

**12** PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</b></p> <p><b>Pensem fermament que la salut de les persones es crea en el context de la vida quotidiana.</b></p> <p>Quan el Francesc Roca, allà per l'octubre de 1966, va començar a dissenyar els menús per a infants i joves de les escoles i per als equips de mestres i personal de gestió que es quedaven a dinar, es va centrar en el que pensava que més els podia agradar.</p> <p>Hem continuat amb aquesta tradició incorporant tot el coneixement que la ciència ha aportat en <b>l'àmbit alimentari, de salut i de sostenibilitat</b> al llarg de les últimes dècades així com els canvis i novetats que publica, cíclicament, l'Agència de Salut Pública de Catalunya. Enguany la Guia passa a ser ja una Guia per a <b>famílies i escoles.</b></p> <p>El menú que presentem parteix del menú per a infants i joves i es completa amb una opció d'amanida d'entrant, una alternativa de primer que acostuma a ser verdura, un segon de planxa i unes postres consistents en fruita variada i iogurt.</p>	<p><b><u>Sostenibilitat</u></b></p> <p>Aquesta programació es pot veure alterada per evitar malbarataments</p> <p><b><u>Pa blanc i pa integral</u></b></p>	<p><b><u>Guarnicions</u></b></p>  <p>Amanida variada i una altra guarnició</p>	<p><b><u>Fruita variada i iogurt</u></b></p> 		<p>1 Espaguetis amb salsa napolitana i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>4 Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardineria i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>5 Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>7 Llenties estofades</p> <p>Remenat d'alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i pipes</p> <p>iogurt ecològic</p>
	11	12	13	14	15
	<h1>Vacances</h1>				
18	19	20	21	22	
	<p>Macarrons al pesto</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>iogurt d'ovella</p>	<p>Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de porro i nap</p> <p>Pizza de pollastre i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>	
25	26	27	28	29	
<p>Cuscús amb salsa de verdures</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>iogurt ecològic</p>	<p>Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis amb salsa de romesco suau i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida amb fruita, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita de temporada</p>	<h1>Festa</h1>	
<b>www.froca.cat</b>		<p>Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. Sempre podeu demanar pit de gall dindi, filet de lluç o bistec de vedella a la planxa.</p>			



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis amb salsa napolitana i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardinerera i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma, olives i vinagreta (s/al·lèrg.)</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Llenties estofades</p> <p>Remenat d'alls tendres (s/beixamel) i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i (s/pipes)</p> <p>Iogurt ecològic</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
	<h1>Vacances</h1>				
	<p><b>18</b></p>	<p><b>19</b> Macarrons oli i alfàbrega (s/fruits secs)</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada (s/sèsam)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Iogurt d'ovella</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b> Crema de porro i nap</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de pollastre i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>25</b> Cuscús (s/al·lèrg.) amb salsa de verdures</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Espaguetis amb oli, orenga i formatge (s/fruits secs)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> Amanida amb fruita i vinagreta de taronja (s/pipes)</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b></p>

**12** PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE

**ROCA** since 1966  
www.froca.cat

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis amb salsa napolitana i formatge</p> <p>Pollastre a la planxa amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardinerera i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma, olives i vinagreta (s/al·lèrg.)</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Llenties estofades</p> <p>Remenat d'alls tendres (s/beixamel) i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Gall dindi a la planxa amb pastanaga, col i (s/pipes)</p> <p>logurt ecològic</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<h1>Vacances</h1>					
	<b>18</b>	<p><b>19</b> Macarrons oli i alfàbrega (s/fruits secs)</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada (s/sèsam)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>logurt d'ovella</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada segons productors</p> <p>Gall dindi a la planxa amb mongetes seques</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b> Crema de porro i nap</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de pollastre i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
	<p>Cuscús (s/al·lèrg.) amb salsa de verdures</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis amb oli, orenga i formatge (s/fruits secs)</p> <p>Pollastre al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida amb fruita i vinagreta de taronja (s/pipes)</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita de temporada</p>	<h1>Festa</h1>

**12 PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE**



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p>1 Espaguetis (s/ou) a la napolitana i formatge (s/ou)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>4 Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardinerera i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>5 Amanida amb poma, olives i vinagreta (s/al·lèrg.)</p> <p>Espirals (s/ou) amb bolonyesa vegetal (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>7 Amanida de l'hort</p> <p>Llenties estofades amb arròs</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i (s/pipes)</p> <p>logurt ecològic</p>
	11	12	13	14	15
<h1>Vacances</h1>					
18	19	20	21	22	
	<p>19 Macarrons (s/ou) oli i alfàbrega (s/fs-form.)</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga (s/sèsam)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Gall dindi al forn amb amanida del temps</p> <p>logurt d'ovella</p>	<p>21 Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Crema de porro i nap</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de pollastre (s/form.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	
25	26	27	28	29	
<p>25 Pasta (s/ou) amb salsa de verdures</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>26 Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Espaguetis (s/ou) oli, orenga i formatge (s/fs-ou)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Amanida amb fruita, llegum i vinagreta (s/pipes)</p> <p>Arròs a la cubana (s/ou dur)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<h1>Festa</h1>	

**12 PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE**

**ROCA** since 1966  
www.froca.cat

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.





ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis amb salsa napolitana i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardinerera i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma, olives i vinagreta (s/al·lèrg.)</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Llenties estofades</p> <p>Remenat d'allis tendres (s/beixamel) i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i (s/pipes)</p> <p>Iogurt ecològic</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<h1>Vacances</h1>					
	<b>18</b>	<b>19</b> Macarrons oli i alfàbrega (s/fruits secs)  Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada (s/sèsam)	<b>20</b> Arròs integral saltat amb verdures  Trita paisana amb amanida del temps	<b>21</b> Verdura de temporada segons productors  Bacallà a la llauna	<b>22</b> Crema de porro i nap  Pizza de pollastre i formatge
		Fruita de temporada	logurt d'ovella	Fruita de temporada	Fruita de temporada
	<b>25</b> Cuscús (s/al·lèrg.) amb salsa de verdures  Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps	<b>26</b> Trinxat de verdures de temporada  Estofat de mongetes del carai	<b>27</b> Espaguetis amb oli, orenga i formatge (s/fruits secs)  Lluç al forn amb amanida del temps	<b>28</b> Amanida amb fruita i vinagreta de taronja (s/pipes)  Arròs a la cubana amb ou dur	<b>29</b>
	logurt ecològic	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	<h2>Festa</h2>

**12 PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE**

**ROCA** since 1966  
www.froca.cat

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis amb salsa napolitana i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita pelada (no mandarina)</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardinerera i amanida del temps</p> <p>Fruita pelada (no mandarina)</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma (s/pell) olives i vinagreta (s/al·lèrg.)</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita pelada (no mandarina)</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada (s/pell)</p> <p>Fruita pelada (no mandarina)</p>	<p><b>7</b> Llenties estofades</p> <p>Remenat d'alls tendres (s/beixamel) i amanida</p> <p>Fruita pelada (no mandarina)</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i (s/pipes)</p> <p>logurt ecològic</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
	<h1>Vacances</h1>				
	<p><b>18</b></p>	<p><b>19</b> Macarrons oli i alfàbrega (s/fruits secs)</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada (s/sèsam)</p> <p>Fruita pelada (no mandarina)</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>logurt d'ovella</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita pelada (no mandarina)</p>	<p><b>22</b> Crema de porro i nap</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de pollastre i formatge</p> <p>Fruita pelada (no mandarina)</p>
	<p><b>25</b> Cuscús (s/al·lèrg.) amb salsa de verdures</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita pelada (no mandarina)</p>	<p><b>27</b> Espaguetis amb oli, orenga i formatge (s/fruits secs)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita pelada (no mandarina)</p>	<p><b>28</b> Amanida amb fruita permesa s/pell (s/pipes-vinagreta)</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita pelada (no mandarina)</p>	<p><b>29</b></p>

**12 PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE**

**ROCA** since 1966  
www.froca.cat

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.





ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis amb salsa napolitana i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardineria i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma, olives i vinagreta (s/al·lèrg.)</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal (s/al·lèrg.)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Llenties estofades</p> <p>Remenat d'alls tendres (s/beixamel) i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i (s/pipes)</p> <p>Iogurt ecològic</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<h1>Vacances</h1>					
<p><b>18</b></p> <p>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</p>	<p><b>19</b> Macarrons oli i alfàbrega (s/fruits secs)</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada (s/sèsam)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Iogurt d'ovella</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b> Crema de porro i nap</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de pollastre i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>	
<p><b>25</b> Cuscús (s/al·lèrg.) amb salsa de verdures</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Espaguetis amb oli, orenga i formatge (s/fruits secs)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> Amanida amb fruita i vinagreta de taronja (s/pipes)</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b></p>	

**12 PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE**

**ROCA** since 1966  
www.froca.cat

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p>1</p> <p>Espaguetis amb salsa napolitana i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita permesa</p>
	<p>4</p> <p>Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardineria i amanida del temps</p> <p>Fruita permesa</p>	<p>5</p> <p>Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita permesa</p>	<p>6</p> <p>Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita permesa</p>	<p>7</p> <p>Llenties estofades</p> <p>Remenat d'alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita permesa</p>	<p>8</p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i pipes</p> <p>Iogurt ecològic</p>
	11	12	13	14	15
<h1>Vacances</h1>					
18	19	20	21	22	
	<p>Macarrons al pesto</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita permesa</p>	<p>Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Iogurt d'ovella</p>	<p>Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita permesa</p>	<p>Crema de porro i nap</p> <p>Pizza de pollastre i formatge</p> <p>Fruita permesa</p>	
25	26	27	28	29	
<p>Cuscús amb salsa de verdures</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>Iogurt ecològic</p>	<p>Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita permesa</p>	<p>Espaguetis amb salsa de romesco suau i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita permesa</p>	<p>Amanida amb fruita permesa, pipes i vinagreta</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita permesa</p>	<h2>Festa</h2>	

**12 PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE**

**ROCA** since 1966  
www.froca.cat

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis integrals a la napolitana i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>
	<p><b>4</b> Arròs integral amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardineria i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals integrals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>	<p><b>7</b> Llenties estofades</p> <p>Remenat d'alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i pipes</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
	<h1>Vacances</h1>				
<p><b>18</b></p>	<p><b>19</b> Macarrons integrals al pesto</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>	<p><b>22</b> Crema de porro i nap</p> <p>Pizza de verdures i formatge</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>	
<p><b>25</b> Cuscús integral amb salsa de verdures</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>	<p><b>27</b> Espaguetis (integrals) amb romesco suau i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>	<p><b>28</b> Amanida amb fruita, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Arròs integral a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita de temporada i pa integral</p>	<p><b>29</b></p>	

**12** PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis amb salsa napolitana (s/formatge)</p> <p>Lluç al forn amb amanida permesa</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardinerera amb amanida permesa</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	<p><b>5</b> Amanida amb hortalisses permeses</p> <p>Espirals amb bolonyesa de carn</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb amanida permesa</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	<p><b>7</b> Patates estofades</p> <p>Remenat d'ou (s/beixamel) amb amanida permesa</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	<p><b>8</b> Bledes i patata bullida</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb amanida permesa</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<h1>Vacances</h1>					
<p><b>18</b></p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida permesa</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	<p><b>19</b> Macarrons amb oli i alfàbrega (s/form.)</p> <p>Gall dindi a la planxa amb amanida permesa (s/iogurt)</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons (s/ceba)</p> <p>Truita de patata (s/ceba) amb amanida permesa</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada permesa</p> <p>Bacallà al forn amb patata al caliu</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	<p><b>22</b> Coliflor i patata bullida</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de pollastre (s/formatge)</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	
<p><b>25</b> Cuscús amb salsa de verdures</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida permesa</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures permeses</p> <p>Pollastre a la planxa amb amanida permesa</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	<p><b>27</b> Espaguetis amb salsa de romesco suau (s/form.)</p> <p>Lluç al forn amb amanida permesa</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	<p><b>28</b> Amanida amb hortalisses permeses</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>logurt s/lactosa i s/sucre- Gelatina s/sucre</p>	<p><b>29</b></p>	

**12** PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE

**ROCA** since 1966  
www.froca.cat

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis (p.ref.) amb tomàquet nat.i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles (s/sofregit) amb amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	<p><b>5</b> Amanida amb hortalisses permeses</p> <p>Espirals (p.ref.) tom. Nat. i carn picada (s/ceba-pastga.)</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	<p><b>7</b> Patates estofades amb verdures permeses</p> <p>Remenat d'ou amb amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures tolerades</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	
	<p><b>11</b> <span style="font-size: 4em; font-family: cursive;">Vacances</span> <b>12</b> <b>13</b> <b>14</b> <b>15</b></p>					
	<p><b>18</b></p>	<p><b>19</b> Macarrons (p.ref.) al pesto</p> <p>Gall dindi a la planxa amb amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons (s/ceba)</p> <p>Truita de patata (s/ceba) amb amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada permesa</p> <p>Bacallà al forn amb patata al caliu</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	<p><b>22</b> Crema de verdures tolerades</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de pollastre i formatge</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	
	<p><b>25</b> Cuscús (p.ref.) amb verdures permeses</p> <p>Daus de gall dindi marinats i amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures permeses</p> <p>Pollastre a la planxa amb amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	<p><b>27</b> Espaguetis (p.ref.) amb oli, orenga i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida permesa</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	<p><b>28</b> Amanida amb hortalisses permeses</p> <p>Arròs amb tomàquet natural i ou dur</p> <p>Fruita tolerada o iogurt s/sucre o gelatina</p>	<p><b>29</b></p>	

**12 PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE**

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.





ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis amb salsa napolitana (s/formatge)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardinerera i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Llenties estofades</p> <p>Remenat d'allis tendres (s/beixamel) i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i pipes</p> <p>logurt sense lactosa</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<h1>Vacances</h1>					
<p><b>18</b></p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>19</b> Macarrons amb oli i alfàbrega (s/form.)</p> <p>Falafels amb pastanaga ratllada i sèsam (s/iogurt)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b> Crema de porro i nap</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de pollastre (s/formatge)</p> <p>Fruita de temporada</p>	
<p><b>25</b> Cuscús amb salsa de verdures</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Espaguetis amb salsa de romesco suau (s/form.)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> Amanida amb fruita, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b></p>	

**12** PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.





ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis (s/g) amb salsa napolitana i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles (s/g) a la jardineria i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel (s/g)</p> <p>Espirals (s/g) amb bolonyesa de carn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Llenties (s/g) estofades</p> <p>Remenat d'allis tendres (s/g) i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M andalusa (s/g) pastanaga, col i pipes (s/g)</p> <p>logurt ecològic</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
	<h1>Vacances</h1>				
	<p><b>18</b></p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>19</b> Macarrons (s/g) al pesto</p> <p>Falafels (s/g) amb s. iogurt, pastanaga ratllada (s/sèsam)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>logurt d'ovella</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà (s/g) a la llauna (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b> Crema de porro i nap</p> <p>Pizza (s/g) de pollastre i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>25</b> Pasta (s/g) amb salsa de verdures</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Espaguetis (s/g) amb romesco suau (s/g) i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> Amanida amb fruita, pipes (s/g) i vinagreta de taronja</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b></p> <p style="text-align: center;"><i><b>Festa</b></i></p>

**12 PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE**

**ROCA** since 1966  
www.froca.cat

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis (s/g) a la napolitana (s/formatge)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles (s/g-soja) a la jardineria i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel (s/g)</p> <p>Espirals (s/g) amb bolonyesa de carn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Llenties (s/g) estofades</p> <p>Remenat d'allis tendres (s/al·lèrg.) i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M andalusa (s/g) pastanaga, col i pipes (s/g)</p> <p>logurt sense lactosa</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
	<h1>Vacances</h1>				
	<p><b>18</b></p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>19</b> Macarrons (s/g) oli i alfàbrega (s/formatge)</p> <p>Falafels (s/g) amb pastanaga ratllada (s/sèsam-iogurt)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà (s/g) a la llauna (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b> Crema de porro i nap</p> <p>Pizza (s/al·lèrg.) de pollastre (s/formatge)</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>25</b> Pasta (s/g) amb salsa de verdures</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Espaguetis (s/g) amb romesco suau (s/g-formatge)</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> Amanida amb fruita, pipes (s/g) i vinagreta de taronja</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b></p>

**12 PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE**



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis amb salsa napolitana i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Bacallà a la jardineria i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Llenties estofades</p> <p>Remenat d'alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i pipes</p> <p>logurt ecològic</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<h1>Vacances</h1>					
<p><b>18</b></p> <p>Remenat d'ou amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>19</b> Macarrons al pesto</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>logurt d'ovella</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b> Crema de porro i nap</p> <p>Pizza de tonyina i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>	
<p><b>25</b> Cuscús amb salsa de verdures</p> <p>Remenat d'ou amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Espaguetis amb salsa de romesco suau i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> Amanida amb fruita, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b></p>	

**12** PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE

**ROCA** since 1966  
www.froca.cat

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis amb salsa napolitana i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles a la jardineria i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Amanida de l'hort</p> <p>Llenties estofades amb arròs</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i pipes</p> <p>logurt ecològic</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<h1>Vacances</h1>					
	<p><b>18</b></p> <p>Bacallà marinat amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>19</b> Macarrons al pesto</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Llom a la planxa amb amanida del temps</p> <p>logurt d'ovella</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b> Crema de porro i nap</p> <p>Pizza de tonyina i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>25</b> Cuscús amb salsa de verdures</p> <p>Bacallà marinat amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Espaguetis amb salsa de romesco suau i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> Amanida amb fruita, llegum, pipes i vinagreta</p> <p>Arròs a la cubana (s/ou dur)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Festa</b></p>

**12 PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE**

**ROCA** since 1966  
www.froca.cat

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.



ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>Compromís amb el desenvolupament sostenible</b></p> <p><b>La dieta és un acte saludable, sostenible i responsable.</b></p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos en RSC.</p> <p>Amb aquesta finalitat, coherents amb aquest compromís:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participem en circuits curts de compra agroecològica al Baix Llobregat, Vallès Oriental i Maresme, amb relació directa amb els pagesos.</li> <li>Potenciem la compra de proximitat en relació directa amb els productors.</li> <li>El menú de l'escola evoluciona clarament cap a un menú de temporada i sense agrotòxics.</li> <li>Participem en el projecte Menjadors Escolars Més Sans i Sostenibles que vol promoure dietes més saludables, equilibrades i sostenibles potenciant els aliments de proximitat i de temporada i considerant l'alimentació sostenible com un pas més en la lluita contra el canvi climàtic.</li> <li>La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.</li> <li>Dissenyem activitats de lleure guiades per aquest compromís.</li> </ul> <p><b>Treballem plegats</b> minimitzant els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació <b>per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.</b></p>					<p><b>1</b> Espaguetis amb salsa napolitana i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>4</b> Arròs amb oli d'herbes</p> <p>Mandonguilles de vedella a la jardineria i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>5</b> Amanida amb poma, olives i vinagreta de mel</p> <p>Espirals amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>6</b> Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>7</b> Llenties estofades</p> <p>Remenat d'alls tendres i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>8</b> Crema de verdures de temporada</p> <p>Peix S/M a l'andalusa amb pastanaga, col i pipes</p> <p>logurt ecològic</p>
	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<h1>Vacances</h1>					
	<p><b>18</b></p> <p>Macarrons al pesto</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>19</b> Macarrons al pesto</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt, pastanaga ratllada i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>20</b> Arròs integral saltat amb xampinyons</p> <p>Truita paisana amb amanida del temps</p> <p>logurt d'ovella</p>	<p><b>21</b> Verdura de temporada segons productors</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>22</b> Crema de porro i nap</p> <p>Pizza de pollastre i formatge</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p><b>25</b> Cuscús amb salsa de verdures</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>26</b> Trinxat de verdures de temporada</p> <p>Estofat de mongetes del carai</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>27</b> Espaguetis amb salsa de romesco suau i formatge</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>28</b> Amanida amb fruita, pipes torrades i vinagreta de taronja</p> <p>Arròs a la cubana amb ou dur</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>29</b></p> <p style="text-align: center;"><i>Festa</i></p>

**12 PRODUCCIÓ I CONSUM RESPONSABLE**

**ROCA** since 1966  
www.froca.cat

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, oferim producte ecològic. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. També oferim pa integral. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.