

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo Llenguadina a l'andalusa amb amanida del temps logurt ecològic	5 Amanida de llenties Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya de verdures i llenties Fruita de temporada
	17 Llenties estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada de verdures i llegum Fruita de temporada		20 Amanida de galets Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	21 Crema de carbassó amb cruixent de llegum Bacallà al forn amb amanida del temps logurt ecològic
	24 Cuscús amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes amb torrades Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza de bolonyesa vegetal Fruita de temporada i panellets
	31 Festa				
Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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.					



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Crema de verdures i llegum Filet de porc a la planxa amb pebrot verd logurt natural	4 Amanida de temporada amb poma i codony Arròs a la cassola Fruita de temporada	5 Albergínies farcides Remenat de puntes d'espàrrecs amb amanida Fruita de temporada	6 Pasta integral amb oli d'oliva, all i gambetes Verat al forn amb tomàquet amanit Fruita de temporada	7 Sopa de peix Croquetes variades amb enciam de colors Fruita de temporada
	10 Verdures de temporada al vapor Sípia a la planxa amb enciams variats Fruita de temporada	11 Empedrat de mongetes Quinoa al wok amb verdures Fruita de temporada	Festa	13 Espinacs saltats a l'allet Pasta integral a la bolonyesa Fruita de temporada	14 Crema de porros amb rostes Ous durs amb samfaina Fruita de temporada
	17 Arròs caldós Pollastre al forn amb tomàquet provençal Fruita de temporada	18 Sopa vegetal Llenties guisades Fruita de temporada		20 Crema de carbassó Lluç arrebossat amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	21 Amanida de temporada Hamburguesa de llegum amb bolets saltats Fruita de temporada
	24 Amanida de tomàquet i formatge fresc Bacallà al forn amb llit de ceba i patata Fruita de temporada	25 Amanida de canonges amb nous Daus de gall dindi marinats amb puré de moniato Fruita de temporada	26 Favetes saltades amb ceba Truita de formatge amb cogombre amanit Fruita de temporada	27 Crema de llegum amb bastonets d'hortalisses Paninni 4 formatges Fruita de temporada	28 Bledes a la catalana Salmó a la planxa amb amanida del temps logurt natural
	31 Festa				
	ROCA since 1966 www.froca.cat				

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo Llenguadina a l'andalusa amb amanida del temps logurt ecològic	5 Amanida de lleties Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs (ou ben cuit) amb amanida Fruita de temporada
	10 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya de verdures i lleties Fruita de temporada
Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades.	17 Lleties estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres (ou ben cuit) amb amanida Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada de verdures i llegum Fruita de temporada		19 Arròs integral saltat amb gírgola de castanyer Mandonguilles amb samfaina Fruita de temporada	20 Amanida de galets Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada
Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	24 Cuscús amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes amb torrades Truita (ou ben cuit)de carbassó i ceba amb amanida logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza de bolonyesa vegetal Fruita de temporada i panellets
	31 Festa				
		Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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.			
ROCA since 1966 www.froca.cat					



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo (s/al·lèrg.) Llenguadina a l'andalus amb amanida del temps logurt ecològic	5 Amanida de llenties Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Peix a la planxa amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons (s/ou) a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya (s/ou) de verdures i llenties Fruita de temporada
	17 Llenties estofades amb poma i carbassa Lluç a la planxa amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada (s/ou) de verdures i llegum Fruita de temporada		20 Amanida de galets (s/ou) Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	21 Crema de carbassó amb cruixent de llegum Bacallà al forn amb amanida del temps logurt ecològic
	24 Cuscús (s/ou) amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus mongetes amb torrades (s/al·lèrg.) Pollastre a la planxa amb amanida del temps logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza (s/al·lèrg.) de bolonyesa vegetal Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)
	31 Festa				
Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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.					



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo (s/al·lèrg.) Llenguadina a l'andalus amb amanida del temps logurt natural (SOJASUN)	5 Amanida de llenties Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Peix a la planxa amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons (s/ou) a la napolitana Falafels (s/iogurt) amb enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt natural (SOJASUN)	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya (s/ou) de verdures i llenties Fruita de temporada
	17 Llenties estofades amb poma i carbassa Lluç a la planxa amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada (s/ou) de verdures i llegum Fruita de temporada		20 Amanida de galets (s/ou) Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	21 Crema de carbassó amb cruixent de llegum Bacallà al forn amb amanida del temps logurt natural (SOJASUN)
	24 Cuscús (s/ou) amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes amb torrades(s/al·lèrg.) Pollastre a la planxa amb amanida del temps logurt natural (SOJASUN)	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza (s/al·lèrg.) de bolonyesa vegetal (s/formatge) Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)
	31 Festa				
ROCA since 1966 www.froca.cat Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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.					



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo Gall dindi a la planxa amb amanida del temps logurt ecològic	5 Amanida de lleties Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Gall dindi al forn i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya de verdures i lleties (Corbella) Fruita de temporada
	Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC.	17 Lleties estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada		18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada de verdures i llegum Fruita de temporada	19 Arròs integral saltat amb gírgola de castanyer Mandonguilles amb samfaina Fruita de temporada
L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades.	24 Cuscús amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes amb torrades Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza (s/al·lèrg.) de bolonyesa vegetal Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)
Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.	31 Festa				
Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.		Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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.			



ROCA

since 1966

www.froca.cat



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons (s/g) amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo (s/al·lèrg.) Llenguadina a l'andalusa (s/g) amb amanida logurt sense lactosa	5 Amanida de llenties (s/g) Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes (s/g) amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons (s/g) a la napolitana Falafels (s/g) amb enciam (s/salsa de iogurt) Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn (s/g) i amanida del temps logurt sense lactosa	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya (s/g) de verdures i llenties (s/al·lèrg.) Fruita de temporada
	17 Llenties(s/g) estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada (s/g) de verdures i llegum(s/g) Fruita de temporada		19 Arròs integral saltat amb gírgola de castanyer Mandonguilles amb samfaina Fruita de temporada	20 Amanida de galets (s/g) Cigrons estofats (s/g) amb toc de comí Fruita de temporada
24 Pasta (s/g) amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus (s/al·lèrg.)amb torrades (s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps logurt sense lactosa	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons(s/g), ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pannini (s/al·lèrg.) amb verdures Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)	
	31 Festa				
	ROCAsince 1966 www.froca.cat Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgògens 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.				



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo (s/al·lèrg.) Llenguadina a l'andalusa amb amanida del temps logurt ecològic	5 Amanida de llenties Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya de verdures i llenties (s/al·lèrg.) Fruita de temporada
	17 Llenties estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada de verdures i llegum Fruita de temporada		20 Amanida de galets Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	21 Crema de carbassó amb cruixent de llegum Bacallà al forn amb amanida del temps logurt ecològic
	24 Cuscús amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes amb torrades (s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza (s/al·lèrg.) de bolonyesa vegetal Fruita de temporada i postres dolces (s/al·lèrg.)
	31 Festa				
Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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.					



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Gall dindi a la planxa amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo (s/al·lèrg.) Llenguadina a l'andalusa amb amanida del temps logurt ecològic	5 Amanida d'arròs Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Lluç al forn amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons (s/lleg.) a la napolitana Llenguadina amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Gall dindi a la planxa amb amanida del temps Fruita de temporada
	17 Patates estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada (s/lleg.) de verdures i peix Fruita de temporada		20 Amanida de galets (s/lleg.) Pollastre a la planxa amb toc de comí Fruita de temporada	21 Crema de carbassó (s/llegum) Bacallà al forn amb amanida del temps logurt ecològic
	24 Cuscús (s/llegum) amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Crema parmentier Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Gall dindi a la planxa amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pannini (s/al·lèrg.) amb verdures Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)
	31 Festa				



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada (no préssec)	4 Salmorejo (s/al·lèrg.) Llenguadina a l'andalus amb amanida del temps logurt ecològic	5 Amanida de llenties Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada (no préssec)	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada (no préssec)	7 Arròs tres delícies de verdures Peix a la planxa amb amanida del temps Fruita de temporada (no préssec)
	10 Macarrons (s/ou) a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada (no préssec)	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada (no préssec)	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya (s/ou) de verdures i llenties (s/al·lèrg.) Fruita de temporada (no préssec)
	17 Llenties estofades amb poma i carbassa Lluç a la planxa amb amanida del temps Fruita de temporada (no préssec)	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada (s/ou) de verdures i llegum Fruita de temporada (no préssec)		20 Amanida de galets (s/ou) Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada (no préssec)	21 Crema de carbassó amb cruixent de llegum Bacallà al forn amb amanida del temps logurt ecològic
	24 Cuscús (s/ou) amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada (no préssec)	25 Hummus(s/al·lèrg.) mongetes amb torrades (s/al·lèrg.) Pollastre a la planxa amb amanida del temps logurt ecològic		27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada (no préssec)	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza (s/al·lèrg.) de bolonyesa vegetal Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)
	31 Festa				



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor s/pell Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita permesa pelada (no préssec)	4 Salmorejo s/pell Llenguadina a l'andalusa amb amanida s/pell logurt ecològic	5 Amanida s/pell de llenties Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita permesa pelada (no préssec)	6 Amanida de l'hort (s/pell)/ Crema de verdures s/pell Saltat de mongetes seques amb verdures s/pell Fruita permesa pelada (no préssec)	7 Arròs tres delícies de verdures s/pell Trita d'espínacs (ou ben cuit) amb amanida s/pell Fruita permesa pelada (no préssec)
	10 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam s/pell Fruita permesa pelada (no préssec)	11 Crema de pastanaga s/pell Pollastre al curri amb daus de poma s/pell Fruita permesa pelada (no préssec)	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga s/pell Lluç al forn i amanida s/pell logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons s/pell Lasanya de verdures(s/pell) i llenties Fruita permesa pelada (no préssec)
	17 Llenties estofades amb poma i carbassa s/pell Remenat d'alls tendres (ou ben cuit) amb amanida s/pell Fruita permesa pelada (no préssec)	18 Amanida de l'hort (s/pell)/ Verdura tricolor (s/pell) Fideuada de verdures(s/pell) i llegum Fruita permesa pelada (no préssec)		20 Amanida de galets (s/pell) Cigrons estofats amb toc de comí Fruita permesa pelada (no préssec)	21 Crema de carbassó (s/pell) amb cruixent Bacallà al forn amb amanida del temps logurt ecològic
	24 Cuscús amb verdures de temporada (s/pell) Llom al forn amb salsa de poma (s/pell) Fruita permesa pelada (no préssec)	25 Hummus de mongetes amb torrades Trita (ou ben cuit) carbassó (s/pell), amanida (s/pell) logurt ecològic		27 Arròs integral amb salsa de tomàquet (s/pell) Lluç al forn i amanida del temps (s/pell) Fruita permesa pelada (no préssec)	28 Amanida de l'hort (s/pell) / Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza de bolonyesa vegetal Fruita permesa pelada (no préssec)
	31 Festa				



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo (s/al·lèrg.) Llenguadina a l'andalus amb amanida del temps logurt natural (SOJASUN)	5 Amanida de llenties Falafels amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Peix a la planxa amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons (s/ou) a la napolitana Falafels (s/iogurt) amb enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Bacallà al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt natural (SOJASUN)	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya (s/ou) de verdures i llenties Fruita de temporada
	17 Llenties estofades amb poma i carbassa Lluç a la planxa amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada de verdures i llegum Fruita de temporada		20 Amanida de galets (s/ou) Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	21 Crema de carbassó amb cruixent de llegum Bacallà al forn amb amanida del temps logurt natural (SOJASUN)
	24 Amanida de llegum Cuscús (s/ou) amb verdures de temporada Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes amb torrades(s/al·lèrg.) Pollastre a la planxa amb amanida del temps logurt natural (SOJASUN)	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza (s/al·lèrg.) de bolonyesa vegetal (s/formatge) Fruita de temporada i postres dolces (s/al·lèrg.)
	31 Festa				



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Gall dindi a la planxa amb guarnició de bolets Fruita (no poma, no plàtan)	4 Salmorejo (s/al·lèrg.) Llenguadina a l'andalus amb amanida del temps logurt ecològic	5 Amanida de pasta Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita (no poma, no plàtan)	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Lluç al forn amb verdures Fruita (no poma, no plàtan)	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs amb amanida del temps Fruita (no poma, no plàtan)
	10 Macarrons a la napolitana Llenguadina amb salsa de iogurt i enciam Fruita (no poma, no plàtan)	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb amanida del temps Fruita (no poma, no plàtan)	12 Festa	13 Pasta amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Gall dindi a la planxa amb amanida del temps Fruita (no poma, no plàtan)
	17 Patates estofades amb carbassa (s/poma) Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita (no poma, no plàtan)	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada (s/lleg.) de verdures i peix Fruita (no poma, no plàtan)		20 Amanida de galets (s/lleg.) Pollastre a la planxa amb toc de comí Fruita (no poma, no plàtan)	21 Crema de carbassó (s/llegum) Bacallà al forn amb amanida del temps logurt ecològic
	24 Cuscús amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita (no poma, no plàtan)	25 Crema parmentier Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Gall dindi a la planxa amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita (no poma, no plàtan)	27 Pasta amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita (no poma, no plàtan)	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pannini (s/al·lèrg.) amb verdures Fruita (no poma, no plàtan)
	31 Festa				



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo Llenguadina a la planxa amb amanida del temps logurt ecològic	5 Amanida de llenties Pollastre (s/pell) a la planxa amb patata Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs (forn) amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons a la napolitana Llenguadina al forn amb enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre (s/pell) al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya de verdures i llenties Fruita de temporada
	17 Llenties estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada de verdures i llegum Fruita de temporada		20 Amanida de galets Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	21 Crema de carbassó amb cruixent de llegum Bacallà al forn amb amanida del temps logurt ecològic
	24 Cuscús amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes amb torrades Truita de carbassó (al forn) i ceba amb amanida del temps logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pannini amb verdures Fruita de temporada
	31 Festa				
Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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.					



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo Llenguadina a l'andalusa amb amanida del temps logurt ecològic	5 Amanida de lleties Truita a la francesa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Remenat d'ou amb curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya de verdures i lleties Fruita de temporada
	17 Lleties estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada de verdures i llegum Fruita de temporada		19 Arròs integral saltat amb gírgola de castanyer Lluç a la planxa amb samfaina Fruita de temporada	20 Amanida de galets Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada
	24 Cuscús amb verdures de temporada Maires al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes amb torrades Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza de bolonyesa vegetal Fruita de temporada i panellets
	31 Festa				
	Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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.				

ROCA

since 1966

www.froca.cat

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura de temporada tolerada Gall dindi a la planxa amb guarnició de bolets Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	4 Crema de verdures tolerades Llenguadina a l'andalusa amb amanida tolerada Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	5 Amanida d'hortalisses permeses amb arròs Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	6 Amanida de l'hort tolerada Lluç al forn amb verdures permeses Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	7 Arròs tres delícies de verdures permeses Truita d'espínacs (ceba) amb amanida tolerada Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina
	10 Macarrons (s/lleg.) oli i orenga Llenguadina a la planxa i enciam Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	11 Crema de verdures tolerades Pollastre al curri amb amanida tolerada Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	12 Festa	13 Arròs integral amb oli i alfàbrega Lluç al forn i amanida tolerada Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	14 Verdura de temporada tolerada Gall dindi a la planxa amb enciam Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina
	17 Patates bullides amb oli d'oliva Remenat d'ou amb amanida tolerada Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	18 Verdura de temporada tolerada Peix a la planxa amb amanida tolerada Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina		20 Galets amb oli d'oliva Pollastre planxa amb toc de comí Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	21 Crema de carbassó (s/lleg.-s/ceba) Bacallà al forn amb amanida tolerada Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina
	24 Cuscús (s/lleg.) amb oli d'oliva Llom al forn amb enciam Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	25 Crema parmentier (s/ceba) Truita de carbassó (s/ceba) amb amanida tolerada Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	26 Verdura de temporada tolerada Gall dindi a la planxa amb enciam Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	27 Arròs integral amb oli i orenga Lluç al forn i amanida tolerada Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina	28 Amanida d'hortalisses permeses Pollastre a la planxa amb patates al caliu Fruita tolerada o iogurt s/lactosa o gelatina
	31 Festa				
		Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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.			
ROCA since 1966 www.froca.cat					

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons (s/g) amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo (s/g) Llenguadina a l'andalusa (s/g) amb amanida logurt ecològic	5 Amanida de lleties (s/g) Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes (s/g) amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons (s/g) a la napolitana Falafels (s/g) amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn (s/g) i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya (s/g) de verdures (s/lleties) Fruita de temporada
	Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC.	17 Patates estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada		18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada (s/g) verdures i llegum (s/g-no lleties) Fruita de temporada	19 Arròs integral saltat amb gírgola de castanyer Mandonguilles amb samfaina Fruita de temporada
Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.	24 Pasta (s/g) amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes (s/g) amb torrades (s/g) Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons (s/g), ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pannini (s/al·lèrg.) amb verdures Fruita de temporada i postres dolces (s/al·lèrg.)
Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	31 Festa				
		Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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.			
ROCA since 1966 www.froca.cat					



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons (s/g) amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo (s/g) Llenguadina a l'andalusa (s/g) amb amanida logurt ecològic	5 Amanida de lleties (s/g) Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes (s/g) amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons (s/g) a la napolitana Falafels (s/g) amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn (s/g) i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya (s/g) de verdures i lleties (s/g) Fruita de temporada
	17 Lleties(s/g) estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada (s/g) de verdures i llegum(s/g) Fruita de temporada		19 Arròs integral saltat amb gírgola de castanyer Mandonguilles amb samfaina Fruita de temporada	20 Amanida de galets (s/g) Cigrons estofats (s/g) amb toc de comí Fruita de temporada
24 Pasta (s/g) amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes (s/g) amb torrades(s/g) Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons(s/g) amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pannini (s/al·lèrg.) amb verdures Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)	
	31 Festa				
		Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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.			

ROCA

since 1966

www.froca.cat



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo (s/al·lèrg.) Llenguadina a l'andalusa amb amanida del temps logurt sense lactosa	5 Amanida de llenties Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons a la napolitana Falafels (s/iogurt) amb enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt sense lactosa	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya de verdures i llenties Fruita de temporada
	17 Llenties estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada de verdures i llegum Fruita de temporada		20 Amanida de galets Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	21 Crema de carbassó amb cruixent de llegum Bacallà al forn amb amanida del temps logurt sense lactosa
	24 Cuscús amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes amb torrades(s/al·lèrg.) Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps logurt sense lactosa	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza (s/al·lèrg.) de bolonyesa vegetal (s/formatge) Fruita de temporada i postres dolces (s/al·lèrg.)
	31 Festa				



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo Gall dindi a la planxa amb amanida del temps logurt ecològic	5 Amanida de lleties Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Gall dindi al forn i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya de verdures i lleties (Corbella) Fruita de temporada
	Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC.	17 Lleties estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada		18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada de verdures i llegum Fruita de temporada	19 Arròs integral saltat amb gírgola de castanyer Mandonguilles amb samfaina Fruita de temporada
L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades.	24 Cuscús amb verdures de temporada Llom al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes amb torrades Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza (s/al·lèrg.) de bolonyesa vegetal Fruita i postres dolces (s/al·lèrg.)
Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat.	31 Festa				
Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.		Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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.			



ROCA

since 1966

www.froca.cat



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Compromís amb el desenvolupament sostenible Ens fa molta il·lusió explicar-vos que hem creat l'equip de treball que impulsarà l'elaboració del pla de prevenció i reducció de les pèrdues i el malbaratament alimentari durant tot aquest curs escolar, amb la finalitat de poder implementar-lo a partir de setembre del 2023. Ja fa un cert temps que hi estem treballant de la mà d'Alitec, els nostres assessors en seguretat alimentària. Integrar el desenvolupament sostenible en els serveis que oferim és un dels nostres compromisos fermes en RSC. L'equip de la cuina de l'escola tindrà un paper central en aquesta fase inicial i els volem agrair per avançar la seva implicació. Serà la fase de recollida de dades. Estem convençuts que serà una feina molt enriquidora, d'un gran aprenentatge, de reflexió, i que suposarà un benefici pel nostre entorn més immediat. Seguim treballant plegats per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent una cultura conscient de l'alimentació per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.	3 Verdura tricolor segons productors Hamburguesa de cigrons amb guarnició de bolets Fruita de temporada	4 Salmorejo Llenguadina a l'andalusa amb amanida del temps logurt ecològic	5 Amanida de llenties Pollastre a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	6 Amanida de l'hort/ Crema de verdures (Fins a 1r) Saltat de mongetes seques amb verdures Fruita de temporada	7 Arròs tres delícies de verdures Truita d'espínacs amb amanida del temps Fruita de temporada
	10 Macarrons a la napolitana Falafels amb salsa de iogurt i enciam Fruita de temporada	11 Crema de pastanaga Pollastre al curri amb daus de poma Fruita de temporada	12 Festa	13 Arròs integral amb porro, api i pastanaga Lluç al forn i amanida del temps logurt ecològic	14 Verdura de temporada segons productors Lasanya de verdures i llenties Fruita de temporada
	17 Llenties estofades amb poma i carbassa Remenat d'alls tendres amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Amanida de l'hort/ Verdura tricolor (Fins a 1r) Fideuada de verdures i llegum Fruita de temporada		20 Amanida de galets Cigrons estofats amb toc de comí Fruita de temporada	21 Crema de carbassó amb cruixent de llegum Bacallà al forn amb amanida del temps logurt ecològic
	24 Cuscús amb verdures de temporada Maires al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	25 Hummus de mongetes amb torrades Truita de carbassó i ceba amb amanida del temps logurt ecològic	26 Verdura tricolor de temporada Hamburguesa de cigrons amb ceba caramel·litzada i enciam Fruita de temporada	27 Arròs integral amb salsa de tomàquet Lluç al forn i amanida del temps Fruita de temporada	28 Amanida de l'hort/ Crema de carbassa (fins a 1r) Pizza de bolonyesa vegetal Fruita de temporada i panellets
	31 Festa				
Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades sense al·lèrgens 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



Sucre



Carn vermella i processada



Aliments ultraprocessats