

| MAIG | DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|---|---|--|---|--|
| <p>Atenció a la diversitat alimentària</p> <p>Les dietes que l'equip de cuina elabora a l'escola responen a diverses causes i tenen diferents tractaments.</p> <p>El nostre objectiu és vetllar, en tot moment, per la seguretat dels infants i joves que necessiten una atenció alimentària específica: al·lèrgies, intoleràncies, dietes per motius religiosos i altres situacions mèdiques que ho requereixin.</p> | <p>2 Crema de carbassa</p> <p>Hamburguesa vegetal amb samfaina</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>3 Saltat de cigrons amb verdures de temporada</p> <p>Lluç al forn sobre llit de carbassó i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>4 Amanida de pasta (s/form..)</p> <p>Truita a la francesa amb enciam i olives</p> <p>logurt desnatat</p> | <p>5 Arròs amb porro, api i pastanaga</p> <p>Pollastre planxa amb enciam i raves</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>6 Mongeta i patata bullida</p> <p>Pizza de bolonyesa vegetal (s/form..) enciam i b.moro</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>9 Espaguetis napolitana (s/form..)</p> <p>Daus de gall dindi marinats amb enciam juliana</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>10 Amanida de patata, tomàquet i olives</p> <p>Llenguadina planxa amb enciam i remolatxa</p> <p>logurt desnatat</p> | <p>11 Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre a la llimona (s/pell) amb pastanaga ratllada</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>12 Llenties estofades</p> <p>Truita d'alls tendres amb enciam i cogombre</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>13 Crema de porro i nap</p> <p>Paella de verdures i pèsols</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| <p>amb el suport de les nostres Dietistes-Nutricionistes, atensem, cada dia, més de 900 infants i joves amb dietes específiques.</p> <p>En aquest sentit, el nostre Protocol d'Alimentació a l'Escola assegura la seva correcta gestió des del punt de vista de la seguretat alimentària i també recull les indicacions corresponents per a l'equip del menjador.</p> <p>El dia 16 d'aquest mes, celebrarem el Dia Internacional de la Cèliaquia amb un menú sense gluten per a tothom per a sumar-nos a la campanya de sensibilització que l'Associació de Celíacs de Catalunya promou com a acció reivindicativa</p> | <p>16 Menú sense gluten Crema de carbassó</p> <p>Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>17 Coliflor i patata saltada amb oli d'alls</p> <p>Macarrons a la bolonyesa vegetal (s/form..)</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>18 Cigrons guisats</p> <p>Truita a la francesa amb enciam i cogombre</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>19 Amanida d'arròs</p> <p>Pollastre (s/pell) al curri amb poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>20 Cuina basca Porrusalda</p> <p>Lluç amb salsa de tomàquet</p> <p>logurt desnatat</p> |
| | <p>23 Mongeta, pastanaga i patata amb oli d'alls tendres</p> <p>Fideuada de verdures i llegum</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>24 Arròs saltat amb carbassó</p> <p>Truita d'espàrrecs verds amb enciam juliana</p> <p>logurt desnatat</p> | <p>25 Espaguetis saltats amb xampinyons (s/form..)</p> <p>Pollastre planxa amb cogombre i olives</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>26 Crema de pastanaga</p> <p>Bistec de vedella planxa amb gírgola de castanyer</p> <p>Fruita de temporada</p> | <p>27 Empedrat de mongetes</p> <p>Llenguadina planxa amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p> |
| | <p>30 Amanida de llenties</p> <p>Pollastre a la planxa amb enciam i cogombre</p> <p>logurt desnatat</p> | <p>31 Trinxat de bleada amb oli d'alls</p> <p>Hamburguesa vegetal amb ceba caramel·litzada i enciam</p> <p>Fruita de temporada</p> | | | |



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.
- Oferim la possibilitat d'escollir el iogurt sense sucre.

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