

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>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 Celiàquia 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>2 Amanida d'arròs</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>3 Trinxat de bledes</p> <p>Gall dindi amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>4 Crema de pastanaga</p> <p>Orada al forn amb enciam i remolatxa</p> <p>logurt natural</p>	<p>5 Faves saltajades amb all</p> <p>Ous farcits amb sofregit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Espirals amb pastanaga, olives negres i blat de moro</p> <p>Llimanda a la planxa amb salsa de carbassó</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>9 Arròs saltat amb col</p> <p>Truita de formatge amb espàrrecs verds</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>10 Mongeta seca saltada amb pebrots</p> <p>Filet de gall dindi amb patates al caliu</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Albergínies al forn amb ceba</p> <p>Bacallà arrebossat amb api i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Macarrons integrals amb xampinyons</p> <p>Vedella amb enciam tres colors</p> <p>logurt natural</p>	<p>13 Verdures de temporada</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>16 Mongeta tendra amb quinoa</p> <p>Hamburguesa de pastanaga i albergínia amb enciam i pipes</p> <p>logurt natural</p>	<p>17 Risotto</p> <p>Carbonell amb enciam i raves</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Patata i pastanaga bullida</p> <p>Broxetes de gall dindi marinat amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Espinacs saltats amb alls tendres</p> <p>Remenat d'ou amb formatge i amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Llacets amb salsa de tomàquet</p> <p>Hummus de lleties amb torrades de pa</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>23 Pèsols saltats amb ceba</p> <p>Contraçuixa de pollastre, fines hèrbes, enciam i tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>24 Vichyssoise amb pipes de carbassa</p> <p>Llenties amb arròs</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Amanida verda amb formatge fresc i tomàquet</p> <p>Coca d'escalivada amb sardinetes</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26 Tallarins al pesto</p> <p>Truita d'albergínia amb enciam</p> <p>logurt natural</p>	<p>27 Hortalisses a la planxa amb patates</p> <p>Hamburguesa de quinoa i gall dindi amb rúcula</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>30 Mongeta tendra amb pastanaga i ceba</p> <p>Arròs tres delícies</p> <p>logurt natural</p>	<p>31 Fideus integrals saltats amb albergínia i alls tendres</p> <p>Ou dur farcit amb beixamel</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



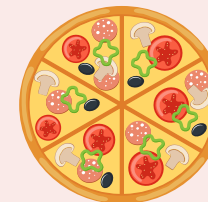
Sal



Sucres



Carn vermella i processada



Aliments ultraprocessats