

| 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 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>2 Crema de carbassa</p> <p>Bistec de vedella planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>3 Patata bullida amb oli d'oliva</p> <p>Lluç a la planxa amb carbassó al forn</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>4 Pasta refinada amb oli d'oliva</p> <p>Truita a la francesa</p> <p>logurt natural</p> | <p>5 Arròs bullit aromatitzat</p> <p>Pollastre planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>6 Pastanaga i patata bullida</p> <p>Pit de gall dindi planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> |
| | <p>9 Espaguetis (p.ref) amb oli d'oliva</p> <p>Pit de gall dindi planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>10 Patata bullida amb oli d'oliva</p> <p>Llenguadina planxa</p> <p>logurt natural</p> | <p>11 Arròs bullit aromatitzat</p> <p>Pollastre planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>12 Pastanaga i patata bullida</p> <p>Truita a la francesa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>13 Crema de patata</p> <p>Lluç a la planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> |
| | <p>16 Menú sense gluten Crema de carbassó</p> <p>Bacallà planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>17 Pastanaga i patata bullida</p> <p>Bistec de vedella planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>18 Macarrons (p.ref) amb oli d'oliva</p> <p>Truita a la francesa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>19 Arròs bullit aromatitzat</p> <p>Pollastre planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>20 Cuina basca Patata bullida amb oli d'oliva</p> <p>Lluç a la planxa</p> <p>logurt natural</p> |
| <p>23 Pastanaga i patata bullida</p> <p>Bacallà planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>24 Arròs bullit aromatitzat</p> <p>Truita a la francesa</p> <p>logurt natural</p> | <p>25 Espaguetis (p.ref) amb oli d'oliva</p> <p>Pollastre planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>26 Crema de pastanaga</p> <p>Bistec de vedella planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | <p>27 Patata bullida amb oli d'oliva</p> <p>Llenguadina planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</p> | |
| <p>30 Crema de patata</p> <p>Pollastre planxa</p> <p>logurt natural</p> | <p>31 Pastanaga i patata bullida</p> <p>Bistec de vedella planxa</p> <p>Pera-plàtan madur o poma ratllada o al forn</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