



MAIG	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><i>Menús de temporada i atenció a la diversitat</i></p> <p>Benvolgudes i benvolguts,</p> <p>Amb el mes de maig iniciem la temporada primavera-estiu. Segons la guia <i>L'alimentació saludable en l'etapa escolar</i> és recomanable que les programacions de menús constin d'un mínim de quatre setmanes (un mes), que es poden anar repetint, tenint present:</p> <p>L'adaptació dels aliments a la temporada.</p> <p>El tipus de preparacions en funció de l'època de l'any, més fredes o més calentes.</p>				<p>1</p> <p>Festa</p>	<p>2</p>
	<p>5 Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre arrebossat (s/al·lèrg.), enciam i raves</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Mongeta i patata bullida</p> <p>Piz. (s/g) tom., form., olives i alfàb.fresca, enciam i b.moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Cigrons amb ou dur i oli d'oliva</p> <p>Lluç (s/g) al forn amb salsa verda i arròs pilaf</p> <p>Fruita de temporada</p>		
<p>A més a més de la programació, en l'elaboració de menús també tenim molt present l'atenció a la diversitat alimentària. 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>12 Llenties (s/g) estofades</p> <p>Gall dindi al forn amb patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Arròs saltat amb carbassó</p> <p>Truita paisana amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de porro i nap</p> <p>Botifarra a la planxa amb mongetes seques</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Espaguetis (s/g) al pesto</p> <p>Peix fresc S/M andalusa (s/al·lèrg.), enciam i pastga.</p> <p>logurt natural</p>	<p>16 Menú sense gluten Amanida d'estiu</p> <p>Pollastre a la llimona amb enciam i cogombre</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>19 Pasta (s/g), tom., alfàb.fresca i olives negres</p> <p>Delícies de lluç (s/al·lèrg.), enciam i cogombre</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Cigrons guisats</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>21 Verdura tricolor amb oli de porro</p> <p>Macarrons (s/g) amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Amanida d'arròs</p> <p>Ous durs amb salsa de tomàquet i daus de patata</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>23 Crema de carbassó</p> <p>Escalopa de llom (s/al·lèrg.), enciam i raves</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Durant aquest mes destaquem que:</p> <p>El 8 de maig celebrem el Dia del recapte de l'AECC.</p> <p>El 16 de maig és el Dia Internacional de la Celiàquia. A l'escola ho celebrarem amb un menú sense gluten per a tothom per a sumar-nos a la campanya de sensibilització de l'Associació de Celiacs de Catalunya.</p>	<p>26 Amanida casolana de patata</p> <p>Pollastre a l'allet amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs a la napolitana</p> <p>Llenguadina milanesa (s/al·lèrg.), enciam i cogombre</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Dia de la Nutrició Crema de carbassa</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Amanida de llenties (s/g)</p> <p>Hamburguesa mixta a la planxa amb xips</p> <p>logurt natural</p>	<p>30 Macarrons (s/g) amb salsa de formatge</p> <p>Truita carbassó amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

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 (ASPCAT).



C!
CUINA CATALANA

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