

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
 Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb salsa de tomàquet	Sopa de galets	Trinxat de col	Llenties estofades
 Potenciem el consum de cereals integrals		Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps	Hamburguesa de vedella amb enciam i poma	Pollastre al forn amb salsa de prunes i amanida	Ous farcits amb tonyina i amanida del temps
 Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat		Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	17	18	19	20	21
	Arròs amb porro i fonoll	Crema de verdures de temporada	Hummus de mongetes seques amb torrades	Bledes i patata amb oli aromatitzat	Celebració St. Jordi Sopa de lletres
	Truita de bolets amb amanida del temps	Mandonguilles de vedella a la jardineria	Maires a l'andalusa i amanida del temps	Saltat de cigrons amb verdures	Pollastre arrebossat amb xips
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt ecològic
 Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
	Verdura de temporada segons productors	Espaguetis saltats amb verdures	Arròs tres delícies de verdures	Estofat de mongetes seques	5è B Amanida d'hortalisses variades
 Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Llenties amb arròs integral i toc de comí	Peix carboner al forn amb amanida del temps	Pollastre al curri amb amanida del temps	Remenat de porro amb amanida del temps	Canelons gratinats
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt ecològic	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
 Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
 Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat					
En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.					

[illegible]

April

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

La salut es crea en el context de la vida quotidiana

Pensem fermament que la salut de les persones es crea en el context de la vida quotidiana.

Quan el Francesc Roca, allà per l'octubre de 1966, va començar a dissenyar els menús per a infants i joves de les escoles i per als equips de mestres i personal de gestió que es quedaven a dinar, es va centrar en el que pensava que més els podia agradar.

Hem continuat amb aquesta tradició incorporant tot el coneixement que la ciència ha aportat en l'àmbit alimentari, de salut i de sostenibilitat al llarg de les últimes dècades així com els canvis i novetats que publica, cíclicament, l'Agència de Salut Pública de Catalunya. Enguany la Guia passa a ser ja una Guia per a famílies i escoles.

El menú que presentem parteix del menú per a infants i joves i es completa amb una opció d'amanida d'entrant, una alternativa de primer que acostuma a ser verdura, un segon de planxa i unes postres consistents en fruita variada i iogurt.

Que vagi de gust!

3	4	5	6	7
		Vacances		
10	11 Arròs integral amb salsa de tomàquet Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps Fruita de temporada	12 6è B Sopa de galets Hamburguesa de vedella amb enciam i poma Fruita de temporada	13 Trinxat de col Pollastre al forn amb salsa de prunes i amanida Fruita de temporada	14 6è A Llenties estofades Ous farcits amb tonyina i amanida del temps Fruita de temporada
17 Arròs amb porro i fonoll Fruita de bolets amb amanida del temps Fruita de temporada	18 Crema de verdures de temporada Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita de temporada	19 5è A Hummus de mongetes seques amb torrades Maires a l'andalusa i amanida del temps Fruita de temporada	20 Bledes i patata amb oli aromatitzat Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	21 Celebració St. Jordi Sopa de lletres Pollastre arrebossat amb xips iogurt ecològic
24 Verdura de temporada segons productors Llenties amb arròs integral i toc de comí Fruita de temporada	25 Espaguetis saltats amb verdures Peix carboner al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	26 Arròs tres delícies de verdures Pollastre al curri amb amanida del temps iogurt ecològic	27 Estofat de mongetes seques Remenat de porro amb amanida del temps Fruita de temporada	28 5è B Amanida d'hortalisses variades Canelons gratinats Fruita de temporada
		<u>Sostenibilitat</u> Aquesta programació es pot veure alterada per evitar malbarataments <u>Pa blanc i pa integral</u>	<u>Guarnicions</u>  Amanida variada i una altra guarnició	<u>Fruita variada i iogurt</u> 

www.froca.cat

Registres sanitaris 26.02660/B
i 26.04609/CAT

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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.

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11 Arròs integral amb tomàquet	12 6è B Sopa de galets	13 Trinxat de col	14 6è A Llenties estofades
Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Falafels amb amanida (s/iogurt) Fruita de temporada	Hamburguesa de vedella amb enciam i poma Fruita de temporada	Pollastre al forn amb salsa de prunes i amanida Fruita de temporada	Ous farcits amb tonyina i amanida del temps Fruita de temporada
Potenciem el consum de cereals integrals					
Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat	17 Arròs amb porro i fonoll	18 Crema de verdures de temporada	19 5èA Hummus de mongetes seques amb torrades (s/al·lèrg.)	20 Bledes i patata amb oli aromatitzat	21 Celebració St. Jordi Sopa de lletres
Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	Truita de bolets amb amanida del temps Fruita de temporada	Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita de temporada	Maires a l'andalusa i amanida del temps Fruita de temporada	Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	Pollastre arrebossat amb xips Fruita de temporada
Oferim menús de temporada i estacionals	24 Verdura de temporada segons productors	25 Espaguetis saltats amb verdures	26 Arròs tres delícies de verdures	27 Estofat de mongetes seques	28 5è B Amanida variada
Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Llenties amb arròs integral amb toc comí Fruita de temporada	Peix carboner al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	Pollastre al curri amb amanida del temps Fruita de temporada	Remenat de porro (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	Botifarra a la planxa amb patata caliu Fruita de temporada
La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat	En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.				

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
 Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb salsa de tomàquet Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	Sopa de galets Hamburguesa de vedella amb enciam i poma Fruita de temporada	Trinxat de col Pollastre al forn amb amanida Fruita de temporada	Lenties estofades Ous farcits amb tonyina i amanida del temps Fruita de temporada
 Potenciem el consum de cereals integrals					
 Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat	17	18	19	20	21
 Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	Arròs amb porro i fonoll Truita de bolets amb amanida del temps Fruita de temporada	Crema de verdures de temporada Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita de temporada	Hummus (s/al·lèrg.) amb torrades (s/al·lèrg.) Maires a l'andalusa i amanida del temps Fruita de temporada	Bledes i patata amb oli aromatitzat Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	Celebració St. Jordi Sopa de lletres Pollastre arrebossat amb xips logurt ecològic
 Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
 Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Verdura de temporada segons productors Lenties amb arròs integral i toc comí Fruita de temporada	Espaguetis saltats amb verdures Peix carboner al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	Arròs tres delícies de verdures Pollastre al curri amb amanida del temps logurt ecològic	Estofat de mongetes seques Remenat de porro (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	Amanida variada Botifarra a la planxa amb patata al caliu Fruita de temporada
 La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
 Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
 Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat					
En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.					

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
			6è B		6è A
 Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb salsa de tomàquet Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	Sopa de galets Hamburguesa de vedella amb enciam i poma Fruita de temporada	Trinxat de col Pollastre al forn amb amanida Fruita de temporada	Llenties estofades Ous farcits amb tonyina i amanida del temps Fruita de temporada
 Potenciem el consum de cereals integrals					
 Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat	17	18	19	20	21
			5è A		Celebració St. Jordi
 Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	Arròs amb porro i fonoll Truita a la francesa amb amanida del temps Fruita de temporada	Crema de verdures de temporada Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita de temporada	Hummus (s/al·lèrg.) amb torrades Maires a l'andalusa i amanida del temps Fruita de temporada	Bledes i patata amb oli aromatitzat Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	Sopa de lletres Pollastre arrebossat amb xips logurt ecològic
 Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
					5è B
 Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Verdura de temporada segons productors Llenties amb arròs integral i toc de comí Fruita de temporada	Espaguetis saltats amb verdures Peix carboner al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	Arròs tres delícies de verdures Pollastre al curri amb amanida del temps logurt ecològic	Estofat de mongetes seques Remenat de porro (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	Amanida variada Botifarra a la planxa amb patata al caliu Fruita de temporada
 La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
 Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
 Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.					

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
 Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb salsa de tomàquet Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	Sopa de pasta (s/ou) Hamburguesa de vedella amb enciam i poma Fruita de temporada	Trinxat de col Pollastre al forn amb amanida Fruita de temporada	Amanida d'arròs Llenties estofades Fruita de temporada
 Potenciem el consum de cereals integrals					
 Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat	17	18	19	20	21
 Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	Arròs amb porro i fonoll Lluç a la planxa amb amanida del temps Fruita de temporada	Crema de verdures de temporada Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita de temporada	Hummus (s/al·lèrg.) amb torrades (s/al·lèrg.) Maires a l'andalusa i amanida del temps Fruita de temporada	Bledes i patata amb oli aromatitzat Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	Celebració St. Jordi Sopa de pasta (s/ou) Pollastre arrebossat (s/ou) amb xips logurt ecològic
 Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
 Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Verdura de temporada segons productors Llenties amb arròs integral i toc comí Fruita de temporada	Espaguetis (s/ou) saltats amb verdures Peix carboner al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	Arròs tres delícies de verdures Pollastre al curri amb amanida del temps logurt ecològic	Amanida d'hortalisses de temporada Estofat de mongetes seques Fruita de temporada	Amanida variada Botifarra a la planxa amb patata al caliu Fruita de temporada
 La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
 Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
 Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat					
En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.					

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
 Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb salsa de tomàquet Saltat de cigrons amb verdures Fruita permesa pelada	Sopa de galets Hamburguesa de vedella amb enciam i poma s/pell Fruita permesa pelada	Trinxat de col Pollastre al forn amb amanida Fruita permesa pelada	Lenties estofades Ous farcits amb tonyina i amanida del temps Fruita permesa pelada
 Potenciem el consum de cereals integrals					
 Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat	17	18	19	20	21
 Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	Arròs amb porro i fonoll Truita de bolets amb amanida del temps Fruita permesa pelada	Crema de verdures de temporada Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita permesa pelada	Hummus (s/al·lèrg.) amb torrades (s/al·lèrg.) Maires a l'andalusa i amanida del temps Fruita permesa pelada	Bledes i patata amb oli aromatitzat Saltat de cigrons amb verdures Fruita permesa pelada	Celebració St. Jordi Sopa de lletres Pollastre arrebossat amb xips logurt ecològic
 Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
 Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Verdura de temporada segons productors Lenties amb arròs integral i toc de comí Fruita permesa pelada	Espaguetis saltats amb verdures Peix carboner al forn amb amanida del temps Fruita permesa pelada	Arròs tres delícies de verdures Pollastre al curri amb amanida del temps logurt ecològic	Estofat de mongetes seques Remenat de porro (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita permesa pelada	5è B Amanida variada Botifarra a la planxa amb patata al caliu Fruita permesa pelada
 La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
 Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
 Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.					

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
 Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb salsa de tomàquet Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	Sopa de galets Hamburguesa de vedella amb enciam i poma Fruita de temporada	Trinxat de col Pollastre al forn amb amanida Fruita de temporada	Lenties estofades Ous farcits amb tonyina i amanida del temps Fruita de temporada
 Potenciem el consum de cereals integrals					
 Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat	17	18	19	20	21
 Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	Arròs amb porro i fonoll Truita de bolets amb amanida del temps Fruita de temporada	Crema de verdures de temporada Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita de temporada	Hummus (s/al·lèrg.) amb torrades (s/al·lèrg.) Maires a l'andalusa i amanida del temps Fruita de temporada	Bledes i patata amb oli aromatitzat Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	Celebració St. Jordi Sopa de lletres Pollastre arrebossat amb xips logurt ecològic
 Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
 Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Verdura de temporada segons productors Lenties amb arròs integral i toc comí Fruita de temporada	Espaguetis saltats amb verdures Peix carboner al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	Arròs tres delícies de verdures Pollastre al curri amb amanida del temps logurt ecològic	Estofat de mongetes seques Remenat de porro (s/al·lèrg.) amb amanida del temps Fruita de temporada	5è B Amanida variada Botifarra a la planxa amb patata al caliu Fruita de temporada
 La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
 Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
 Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.					

[illegible]

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
 Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta integral	Trinxat de col	Llenties estofades
 Potenciem el consum de cereals integrals		Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps	Hamburguesa de vedella amb enciam i poma	Pollastre al forn amb salsa de prunes i amanida	Ous farcits amb tonyina i amanida del temps
 Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat		Fruita de temporada i pa integral	Fruita de temporada i pa integral	Fruita de temporada i pa integral	Fruita de temporada i pa integral
 Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	17	18	19	20	21
	Arròs integral amb porro i fonoll	Crema de verdures de temporada	Hummus amb torrades integrals	Bledes i patata amb oli aromatitzat	Celebració St. Jordi Sopa de pasta integral
	Truita de bolets amb amanida del temps	Mandonguilles de vedella a la jardinera	Maires a l'andalusa i amanida del temps	Saltat de cigrons amb verdures	Pollastre arrebossat amb xips i amanida del temps
	Fruita de temporada i pa integral	Fruita de temporada i pa integral	Fruita de temporada i pa integral	Fruita de temporada i pa integral	Fruita de temporada i pa integral
 Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
	Verdura de temporada segons productors	Espaguetis integrals saltats amb verdures	Arròs integral tres delícies de verdures	Estofat de mongetes seques	Amanida d'hortalisses variades
 Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Llenties amb arròs integral i toc de comí	Peix carboner al forn amb amanida del temps	Pollastre al curri amb amanida del temps	Remenat de porro amb amanida del temps	Canelons d'espínacs
	Fruita de temporada i pa integral	Fruita de temporada i pa integral	Fruita de temporada i pa integral	Fruita de temporada i pa integral	Fruita de temporada i pa integral
 La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
 Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
 Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.					

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
 Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb tomàquet	Sopa vegetal de galets	Trinxat de col	Amanida d'arròs
 Potenciem el consum de cereals integrals		Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps	Croquetes d'espínacs amb enciam i poma	Mongetes seques amb salsa de prunes i amanida	Llenties estofades
 Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat		Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	17	18	19	20	21
	Saltat de verdures amb bolonyesa de llegum	Crema de verdures de temporada	Amanida d'hortalisses de temporada	Bledes i patata amb oli aromatitzat	Celebració St. Jordi Sopa vegetal de lletres
	Arròs amb porro i fonoll	Llenties amb arròs a la jardineria	Hummus de mongetes seques amb torrades	Saltat de cigrons amb verdures	Falafels amb xips
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt ecològic
 Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
	Verdura de temporada segons productors	Espaguetis saltats amb verdures	Amanida de cigrons	Crema de verdures de temporada	Amanida variada
 Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Llenties amb arròs integral i toc comí	Hamburguesa de llegum amb amanida del temps	Arròs tres delícies de verdures	Estofat de mongetes seques	Canelons d'espínacs
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt ecològic	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
 Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
 Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat					
En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.					

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
 Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb tomàquet	Sopa vegetal de galets	Trinxat de col	Lenties estofades
 Potenciem el consum de cereals integrals		Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps	Croquetes d'espínacs amb enciam i poma	Mongetes seques amb salsa de prunes i amanida	Ous farcits amb verdures i amanida del temps
 Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat		Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	17	18	19	20	21
	Arròs amb porro i fonoll	Crema de verdures de temporada	Hummus de mongetes seques amb torrades	Bledes i patata amb oli aromatitzat	Celebració St. Jordi Sopa vegetal de lletres
	Truita de bolets amb amanida del temps	Lenties amb arròs a la jardineria	Remenat d'ou i amanida del temps	Saltat de cigrons amb verdures	Falafels amb xips
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt ecològic
 Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
	Verdura de temporada segons productors	Espaguetis saltats amb verdures	Amanida de cigrons	Estofat de mongetes seques	5è B Amanida variada
 Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Lenties amb arròs integral amb toc comí	Hamburguesa de llegum amb amanida del temps	Arròs tres delícies de verdures	Remenat de porro amb amanida del temps	Canelons d'espínacs
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt ecològic	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
 Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
 Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat	En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.				

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
 Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb tomàquet	Sopa vegetal de galets	Trinxat de col	Lenties estofades
 Potenciem el consum de cereals integrals		Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps	Croquetes d'espínacs amb enciam i poma	Gall de St. Pere al forn amb salsa de prunes i amanida	Ous farcits amb tonyina i amanida del temps
 Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat		Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	17	18	19	20	21
	Arròs amb porro i fonoll	Crema de verdures de temporada	Hummus de mongetes seques amb torrades	Bledes i patata amb oli aromatitzat	Celebració St. Jordi Sopa vegetal de lletres
	Truita de bolets amb amanida del temps	Lenties amb arròs a la jardineria	Maires a l'andalusa i amanida del temps	Saltat de cigrons amb verdures	Falafels amb xips
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt ecològic
 Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
	Verdura de temporada segons productors	Espaguetis saltats amb verdures	Amanida de cigrons	Estofat de mongetes seques	Amanida variada
 Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Lenties amb arròs integral amb toc comí	Peix carboner al forn amb amanida del temps	Arròs tres delícies de verdures	Remenat de porro amb amanida del temps	Canelons d'espínacs
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt ecològic	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
 Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
 Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat					
En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.					

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
 Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta (s/g)	Trinxat de col	Llenties (s/g) estofades
 Potenciem el consum de cereals integrals		Saltat de cigrons (s/g) amb verdures	Hamburguesa de vedella amb enciam i poma	Pollastre al forn amb salsa de prunes i amanida	Ous farcits amb tonyina i amanida del temps
 Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat		Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	17	18	19	20	21
	Arròs amb porro i fonoll	Crema de verdures de temporada	Hummus (s/g) amb torrades (s/al·lèrg.)	Bledes i patata amb oli aromatitzat	Celebració St. Jordi Sopa de pasta (s/g)
	Truita de bolets amb amanida del temps	Mandonguilles de vedella (s/g) a la jardinera	Maires a l'andalusa (s/g) i amanida del temps	Saltat de cigrons (s/g) amb verdures	Pollastre arrebossat (s/g) amb xips
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt sense lactosa
 Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
	Verdura de temporada segons productors	Espaguetis (s/g) saltats amb verdures	Arròs tres delícies de verdures	Estofat de mongetes seques (s/g)	Amanida variada
 Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Llenties (s/g) amb arròs integral i toc comí	Peix carboner al forn amb amanida del temps	Pollastre al curri amb amanida del temps	Remenat de porro (s/al·lèrg.) amb amanida del temps	Botifarra a la planxa amb amanida del temps
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt sense lactosa	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
 Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
 Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.					

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
 Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb salsa de tomàquet	6è B Sopa de pasta (s/g)	Trinxat de col	6è A Llenties (s/g) estofades
 Potenciem el consum de cereals integrals		Saltat de cigrons (s/g) amb verdures	Hamburguesa de vedella amb enciam i poma	Pollastre al forn amb salsa de prunes i amanida	Ous farcits amb tonyina i amanida del temps
 Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat		Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	17	18	19	20	21
	Arròs amb porro i fonoll	Crema de verdures de temporada	5èA Hummus (s/g) amb torrades (s/al·lèrg.)	Bledes i patata amb oli aromatitzat	Celebració St. Jordi Sopa de pasta (s/g)
	Truita de bolets amb amanida del temps	Mandonguilles de vedella (s/g) a la jardinera	Maires a l'andalusa (s/g) i amanida del temps	Saltat de cigrons (s/g) amb verdures	Pollastre arrebossat (s/g) amb xips
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
	Verdura de temporada segons productors	Espaguetis (s/g) saltats amb verdures	Arròs tres delícies de verdures	Estofat de mongetes seques (s/g)	5è B Amanida variada
 Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Llenties (s/g) amb arròs integral i toc comí	Peix carboner al forn amb amanida del temps	Pollastre al curri amb amanida del temps	Remenat de porro (s/al·lèrg.) amb amanida del temps	Botifarra a la planxa amb amanida del temps
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
 La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
 Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
 Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.					

ABRIL	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
100% Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11	12	13	14
Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Arròs integral amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta (s/g)	Trinxat de col	Llenties (s/g) estofades
Potenciem el consum de cereals integrals		Saltat de cigrons (s/g) amb verdures	Hamburguesa de vedella amb enciam i poma	Pollastre al forn amb salsa de prunes i amanida	Ous farcits amb tonyina i amanida del temps
Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat		Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	17	18	19	20	21
	Arròs amb porro i fonoll	Crema de verdures de temporada	Hummus (s/g) amb torrades (s/g)	Bledes i patata amb oli aromatitzat	Celebració St. Jordi Sopa de pasta (s/g)
	Truita de bolets amb amanida del temps	Mandonguilles de vedella (s/g) a la jardinera	Maires a l'andalusa (s/g) i amanida del temps	Saltat de cigrons (s/g) amb verdures	Pollastre arrebossat (s/g) amb xips
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt ecològic
Oferim menús de temporada i estacionals	24	25	26	27	28
	Verdura de temporada segons productors	Espaguetis (s/g) saltats amb verdures	Arròs tres delícies de verdures	Estofat de mongetes seques (s/g)	Amanida variada
Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries	Llenties (s/g) amb arròs integral amb toc comí	Peix carboner al forn amb amanida del temps	Pollastre al curri amb amanida del temps	Remenat de porro (s/g) amb amanida del temps	Botifarra a la planxa amb amanida del temps
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt ecològic	Fruita de temporada	Fruita de temporada
La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.					

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ABRIL <i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:	3	4	5	6	7
			Vacances		
Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants	10	11 Arròs integral amb tomàquet	12 6è B Sopa de galets	13 Trinxat de col	14 6è A Llenties estofades
Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada		Falafels amb amanida (s/iogurt) Fruita de temporada	Hamburguesa de vedella amb enciam i poma Fruita de temporada	Pollastre al forn amb salsa de prunes i amanida Fruita de temporada	Ous farcits amb tonyina i amanida del temps Fruita de temporada
Potenciem el consum de cereals integrals	17 Arròs amb porro i fonoll	18 Crema de verdures de temporada	19 5èA Hummus de mongetes seques amb torrades (s/al·lèrg.)	20 Bledes i patata amb oli aromatitzat	21 Celebració St. Jordi Sopa de lletres
Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat	Truita de bolets amb amanida del temps Fruita de temporada	Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita de temporada	Maires a l'andalusa i amanida del temps Fruita de temporada	Salat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	Pollastre arrebossat amb xips logurt sense lactosa
Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal	24 Verdura de temporada segons productors	25 Espaguetis saltats amb verdures	26 Arròs tres delícies de verdures	27 Estofat de mongetes seques	28 5è B Amanida variada
Oferim menús de temporada i estacionals	Llenties amb arròs integral amb toc comí Fruita de temporada	Peix carboner al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	Pollastre al curri amb amanida del temps logurt sense lactosa	Remenat de porro amb amanida del temps Fruita de temporada	Botifarra a la planxa amb patata caliu Fruita de temporada
Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries					
La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus					
Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya					
Oferim pollastre groc català					
ROCA since 1966 www.froca.cat	En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.				

[illegible]

ABRIL		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<i>La salut es crea en el context de la vida quotidiana</i> Benvolgudes famílies, Conjuntament amb l'escola, treballem considerant la salut com a eix essencial de l'Espai Migdia. Del Projecte Alimentari destaquem que:		3	4	5	6	7
				Vacances		
Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants 100%		10	11	12	13	14
Cuinem amb oli d'oliva verge extra i sal iodada			Arròs integral amb tomàquet	Sopa de galets	Trinxat de col	Llenties estofades
Potenciem el consum de cereals integrals			Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps Fruita de temporada	Hamburguesa de vedella amb enciam i poma Fruita de temporada	Pollastre al forn amb salsa de prunes i amanida Fruita de temporada	Ous farcits amb tonyina i amanida del temps Fruita de temporada
Potenciem el consum d'hortalisses, verdures i fruita de temporada i de proximitat		17	18	19	20	21
Estem oferint menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal		Arròs amb porro i fonoll	Crema de verdures de temporada	Hummus de mongetes seques amb torrades	Bledes i patata amb oli aromatitzat	Sopa de lletres
Oferim menús de temporada i estacionals		Truita de bolets amb amanida del temps Fruita de temporada	Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita de temporada	Maires a l'andalusa i amanida del temps Fruita de temporada	Saltat de cigrons amb verdures Fruita de temporada	Pollastre arrebossat amb xips iogurt ecològic
Seguim les recomanacions del Departament de salut en relació amb les freqüències de consum i tècniques culinàries		24	25	26	27	28
La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus		Verdura de temporada segons productors	Espaguetis saltats amb verdures	Arròs tres delícies de verdures	Estofat de mongetes seques	Amanida variada
Cuines auditades per l'Associació de Celíacs de Catalunya		Llenties amb arròs integral amb toc comí Fruita de temporada	Peix carboner al forn amb amanida del temps Fruita de temporada	Pollastre al curri amb amanida del temps iogurt ecològic	Remenat de porro amb amanida del temps Fruita de temporada	Canelons d'espínacs Fruita de temporada
Oferim pollastre groc català						
En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i 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. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.						