



MAIG	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Menús de temporada i atenció a la diversitat Benvolgudes i benvolguts, 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: L'adaptació dels aliments a la temporada. El tipus de preparacions en funció de l'època de l'any, més fredes o més calentes. 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. Durant aquest mes destaquem que: El 8 de maig celebrem el Dia del recapte de l'AECC. 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 Celíacs de Catalunya.				1	2
				Festa	
	5 Arròs amb oli d'oliva Pollastre arrebossat amb enciam i raves Fruita tolerada	6 Mongeta i patata bullida Gall dindi a la planxa amb enciam Iogurt natural sense sucre	7 Daus de patata amb ou dur i oli d'oliva Lluç al forn amb arròs blanc bullit Fruita tolerada	8 Dia del recapte AECC Llacets (p.ref.) amb orenga i oli d'oliva Truita patata (s/ceba) amb enciam i cogombre Fruita tolerada	9 Crema de bròquil (s/ceba) Llom a la planxa amb enciams variats Fruita tolerada
	12 Crema de bròquil (s/ceba) Gall dindi al forn amb patates fregides Iogurt natural sense sucre	13 Arròs amb oli d'oliva Truita patata (s/ceba-pastga.) amb enciam i olives Fruita tolerada	14 Crema parmentier (s/ceba) Llom a la planxa amb enciam i raves Fruita tolerada	15 Espaguetis (p.ref.) al pesto (s/all) Peix fresc S/M a l'andalusa amb enciam Fruita tolerada	16 Menú sense gluten Amanida d'estiu (s/tom.) Pollastre a la llimona amb enciam i cogombre Fruita tolerada
	19 Tallarines amb oli, alfàb.fresca i olives (s/tom.) Delícies de lluç (s/al·lèrg.), enciam i cogombre Fruita tolerada	20 Cuina Mexicana Daus de patata amb oli d'oliva i olives Pollastre al forn amb enciam i olives Fruita tolerada	21 Mongeta i patata bullida Macarrons (p.ref.) amb oli d'alfàbrega i carn d'au Iogurt natural sense sucre	22 Arròs amb enciam i olives negres (s/vinagreta) Truita a la francesa i daus de patata Fruita tolerada	23 Crema de bròquil (s/ceba) Escalopa de llom amb enciam i raves Iogurt natural sense sucre
	26 Amanida patata, mongeta, ou i tonyina (s/maionesa) Pollastre al forn (s/all) amb enciam i olives Fruita tolerada	27 Arròs amb oli d'oliva Llenguadina a la milanesa amb enciam i cogombre Fruita tolerada	28 Dia de la Nutrició Crema parmentier (s/ceba) Gall dindi a la planxa amb enciams variats Fruita tolerada	29 Arròs amb oli d'oliva Llom a la planxa amb xips Fruita tolerada	30 Macarrons (p.ref.) amb salsa de formatge (s/ceba) Truita patata (s/ceba-carbassó) amb enciam Fruita tolerada

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