

**JUNY**

**Un curs més treballant plegats!**

Benvolgudes famílies,

El mes de juny ja és aquí. Un curs més que està a punt d'acabar.

Aprofitem aquesta finestra per acomiadar-nos de tots vosaltres i donar-vos les gràcies pel vostre suport.

Junts, hem treballat per minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i per promoure una cultura conscient de l'alimentació que ens porti cap a uns Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables. Projectes com, per exemple, **el iogurt residu zero, l'aigua és vida i el pensa, menja actua**, que formen part del **GOTA A GOTA per la sostenibilitat**, ens han acompanyat a seguir per aquest camí.

Ens fa il·lusió compartir amb vosaltres que El passat 9 d'abril, l'ACSA (Agència Catalana de Seguretat Alimentària) va penjar a l'apartat d'iniciatives contra el malbaratament alimentari de la seva web. [LINK AL NOSTRE PROJECTE.](#)

Agraïm també molt sincerament als nostres equips la cura que posen en atendre i acompanyar els vostres fills i filles. Ens veiem ben aviat.

Moltes gràcies i bones vacances!!!!

**GOTA GOTA**  
x la sostenibilitat

**pensa menja actua!**

**L'AIGUA ÉS VIDA**

**logurt Residu ZERO**

La darrera setmana d'aquest mes correspon a la proposta de menús dissenyada pels alumnes de 4t curs.

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**3**  
Amanida de lleties (s/sal-b.moro-vinagreta)  
  
Gall dindi al forn amb patates fregides (s/sal)  
Fruita de temporada

**10**  
Amanida de llacet(s/sal-form.)  
  
Pollastre al forn amb poma (s/sal)  
Fruita de temporada

**17**  
Tallarines amb oli d'espínacs (s/sal-form.)  
  
Truita de patata (s/sal), enciam i cogombre (s/sal)  
Fruita de temporada

**4**  
Espaguetis amb oli d'alfàbrega (s/sal-form.)  
  
Tires de calamar a l'andalusa (s/sal), enciam i pastanaga (s/sal)  
Fruita de temporada

**11**  
Crema de carbassa (s/sal)  
  
Escalopa de llom (s/sal), enciam i raves (s/sal)  
iogurt natural

**18**  
Mongeta i patata bullida (s/sal)  
  
Pollastre arrebossat (s/sal), enciams variats  
Fruita de temporada

**5**  
Amanida d'estiu (s/tonyina-olives)  
  
Pollastre a la llimona (s/sal), enciam i cogombre (s/sal)  
iogurt natural

**12**  
Amanida d'arròs (s/sal-vinagreta-b.moro-olives)  
  
Truita paisana (s/sal), cogombre i pastanaga (s/sal)  
Fruita de temporada

**19**  
Crema de carbassó (s/sal)  
  
Fideuada de peix fresc (s/sal)  
Fruita de temporada

**6**  
Crema de porro i nap (s/sal)  
  
Botifarra a la planxa (s/sal), mongetes seques (s/sal)  
Fruita de temporada

**13**  
Verdura tricolor amb oli de porro (s/sal)  
  
Macarrons amb bolonyesa de lleties (s/sal-form.)  
Fruita de temporada

**20** **FI DE CURS**  
Arròs amb salsa de tomàquet (s/sal)  
  
Hamburguesa vedella planxa (s/sal), xips (s/sal)  
Gelats de gel

**7**  
Arròs a la napolitana (s/sal)  
  
Truita de carbassó i patata (s/sal), enciams variats (s/sal)  
Fruita de temporada

**14**  
Cigrons guisats (s/sal)  
  
Lluç arrebossat (s/sal), enciam i tomàquet (s/sal)  
Fruita de temporada

**21** **ESMORZAR COMIAT**  
  
Croissant i xocolatina

**Bon Estiu**

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**