

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Sostenibilitat, un dels nostres eixos de treball que ens acompanya, dia a dia.</p> <p>Integrar el desenvolupament sostenible dels nostres serveis ha estat un eix de treball fonamental per a tots nosaltres, ha estat i és una manera de fer molt arrelada.</p> <p>L'any 2019, vam recollir sota el nom GOTA a GOTA per la sostenibilitat tots els projectes, accions i iniciatives que havíem fet guiats per aquest eix de treball. Un treball de formiga que continua i creix any rere any. Aquí teniu, i a tall d'exemple, algunes de les iniciatives dels últims anys i el que porta el nou curs:</p>		<p>1 Llenties estofades</p> <p>Truita patata (s/al·lèrg.), enciam i tomàquet iogurt natural</p>	<p>2 Amanida de galets</p> <p>Hamburguesa vegetal amb enciam i cogombre Fruita de temporada</p>	<p>3 Mongeta i patata bullida</p> <p>Mandonguilles de vedella amb xampinyons Fruita de temporada</p>	<p>4 Crema de porro</p> <p>Bacallà a la llauna Fruita de temporada</p>
	<p>7 Amanida d'arròs</p> <p>Pollastre al forn amb patata panadera Fruita de temporada</p>	<p>8 Verdura tricolor amb oli d'all</p> <p>Fideuada de peix fresc Fruita de temporada</p>	<p>9 Espaguetis amb oli d'alfàbrega (s/form.)</p> <p>Truita de carbassó (s/al·lèrg.), enciam i tomàquet Fruita de temporada</p>	<p>10 Mongetes seques amb salsa de tomàquet</p> <p>Delícies de lluç (s/al·lèrg.), enciam i cogombre iogurt natural</p>	<p>11 Trinxat de bledes</p> <p>Salsitxes de porc amb samfaina Fruita de temporada</p>
<p>14 Bròquil i patata bullida amb oli de porro</p> <p>Macarrons amb bolonyesa de carn magre (s/form.) Fruita de temporada</p>	<p>15 Arròs amb salsa de tomàquet</p> <p>Gall dindi al forn (s/al·lèrg.), enciam i pastanaga iogurt natural</p>	<p>16 Cigrons guisats</p> <p>Maires fresques a l'andalusa (s/al·lèrg.), enciam i remolatxa Fruita de temporada</p>	<p>17 Macarrons amb toc de remolatxa (s/form.)</p> <p>Truita paisana (s/al·lèrg.), enciam i vinagreta de taronja Fruita de temporada</p>	<p>18 Mongeta i patata bullida</p> <p>Pizza de bolonyesa vegetal (s/form.), enciam i olives Fruita de temporada</p>	
<p>21 Arròs saltat amb bolets (s/form.)</p> <p>Pollastre a la llimona amb enciam i tomàquet Fruita de temporada</p>	<p>22 Verdura tricolor</p> <p>Llenguadina romana (s/al·lèrg.), pastanaga i olives Fruita de temporada</p>	<p>23 Sopa de lletres</p> <p>Hamburguesa de vedella amb enciam i vinagreta de poma iogurt natural</p>	<p>24 Coliflor i patata bullida</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures Fruita de temporada</p>	<p>25 Crema de mongetes seques i pastanaga</p> <p>Ous durs amb salsa de tomàquet (s/form.) Fruita de temporada</p>	
<p>28 Mongeta i patata bullida</p> <p>Espaguetis amb bolonyesa vegetal (s/form.) Fruita de temporada</p>	<p>29 Sopa pescadors (s/al·lèrg.)</p> <p>Estofat de porc amb verdures Fruita de temporada</p>	<p>30 Crema de porro i moniato</p> <p>Pollastre al forn (s/al·lèrg.) amb enciam i xips iogurt natural</p>	<p>31 Festa</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 extra 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.

Continuem treballant plegats per a minimitzar els impactes ambientals de la nostra activitat i promovent, dia a dia i, gota a gota, una cultura conscient de l'alimentació **per a crear Espais Migdia saludables, sostenibles i responsables.**

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



Sucres



Carn vermella i processada



Aliments ultraprocessats