

NOVEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p><b>MENJADORS</b> escolars <i>+sans +sostenibles</i></p> <p>Aquest curs 2021-2022, gairebé el 10% de les escoles i els instituts de Barcelona participaran en aquest projecte que vol promoure <b>dietes més saludables, equilibrades i sostenibles</b>.</p> <p>Ofereix assessorament professional, formació i seguiment als propis centres educatius i les empreses de restauració i monitoratge dels menjadors escolars i, a més, dona material de suport i recomanacions a les famílies.</p> <p><b>- Més aliments de proximitat i de temporada</b></p> <p><b>- L'alimentació sostenible, un pas més en la lluita contra el canvi climàtic</b></p> <p>Conjuntament amb les escoles, fa temps que treballem per a incorporar aquestes recomanacions als menús que oferim i revisem curosament cada temporada.</p> <p>Us convidem a donar-li un cop d'ull al projecte <a href="#">menjadors escolars més sans i sostenibles</a> i a la guia de <a href="#">l'alimentació saludable a l'etapa escolar</a>.</p> <p>Salut!</p> 	<p><b>1</b></p> <p><b>FESTA</b></p>	<p><b>2</b></p> <p>Macarrons amb salsa napolitana</p> <p>Truita de verdures amb amanida del temps</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>	<p><b>3</b></p> <p>Arròs saltat amb porro, api i pastanaga</p> <p>Llom al forn amb salsa de poma pelada</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>	<p><b>4</b></p> <p>Coliflor i bròquil saltat amb oli d'alls</p> <p>Pizza de gall dindi (s/al·lèrg.) amb amanida del temps</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>	<p><b>5</b></p> <p>Crema de mongetes seques i carbassa</p> <p>Bacallà a la planxa i amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>
		<p><b>8</b></p> <p>Llenties estofades</p> <p>Truita de paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>	<p><b>9</b></p> <p>Trinxat de bledes</p> <p>Pollastre a la llimona amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>10</b></p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Vedella guisada amb cuscús (s/fruits secs-pipes-sèsam)</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>	<p><b>11</b></p> <p>Sopa de verdures amb galets</p> <p>Falafels amb salsa de iogurt i amanida del temps</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>
	<p><b>15</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de pastanaga</p> <p>Llenguadina al forn amb amanida del temps</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>	<p><b>16</b></p> <p>Verdura de temporada i patata bullida</p> <p>Cigrons guisats amb comí</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>	<p><b>17</b></p> <p>Arròs integral amb salsa de remolatxa</p> <p>Pit de gall dindi arrebossat amb amanida del temps</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>	<p><b>18</b></p> <p>Crema de llenties amb xirivia</p> <p>Truita de verdures amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>19</b></p> <p>Amanida amb poma pelada (s/f. secs-pipes-sèsam)</p> <p>Estofat de patata i costella (s/fruits secs-pipes-sèsam)</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>
	<p><b>22</b></p> <p>Trinxat de col amb cruixent de remolatxa</p> <p>Salmó al forn amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p><b>23</b></p> <p>Espirals oli i alfàbrega (s/fruits secs)</p> <p>Remenat d'ou amb bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>	<p><b>24</b></p> <p>Amanida (s/f.secs-pipes-sèsam) i crostons (s/al·lèrg.)</p> <p>Mongetes estofades amb verdures</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>	<p><b>25</b></p> <p>Arròs integral caldós amb verdures</p> <p>Fricandó de vedella (s/fruits secs-pipes-sèsam) amb bolets</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>	<p><b>26</b></p> <p>Hummus (s/fruits secs-pipes-sèsam) i cruditès</p> <p>Contra cuixa de pollastre a la planxa i amanida del temps</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>
	<p><b>29</b></p> <p>Crema de porro i nap</p> <p>Macarrons bolonyesa de llenties (s/f.secs-pipes-sèsam)</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>	<p><b>30</b></p> <p>Verdura tricolor del temps</p> <p>Pollastre al curri amb amanida del temps</p> <p>Fruita permesa (no préssec-albercoc- kiwi)</p>			

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat. Oferim producte ecològic i pa integral. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir, i sal iodada en l'elaboració dels aliments. Els arrebossats són fets a partir de producte fresc. La varietat de verdures dels nostres menús ve determinada per la temporada i la disponibilitat dels productors locals.