

NOVEMBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>MENJADORS 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 dietes més saludables, equilibrades i sostenibles.</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>- Més aliments de proximitat i de temporada</p> <p>- L'alimentació sostenible, un pas més en la lluita contra el canvi climàtic</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 menjadors escolars més sans i sostenibles i a la guia de l'alimentació saludable a l'etapa escolar.</p> <p>Salut!</p> 	<p>1</p> <p>FESTA</p>	<p>2</p> <p>Macarrons (s/g) amb salsa napolitana</p> <p>Truita de verdures amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>3</p> <p>Arròs saltat amb porro, api i pastanaga</p> <p>Llom al forn amb salsa de poma</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>4</p> <p>Coliflor i bròquil saltat amb oli d'all</p> <p>Pizza p.país (s/al·lèrg.) amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>5</p> <p>Crema de mongetes seques (s/g) i carbassa</p> <p>Bacallà a la planxa i amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>
	<p>8</p> <p>Llenties (s/g) estofades</p> <p>Truita de paisana amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9</p> <p>Trinxat de bledes</p> <p>Pollastre a la llimona amb amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p>10</p> <p>Crema de verdures de temporada</p> <p>Vedella guisada amb cuscús (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11</p> <p>Sopa de verdures amb galets (s/g)</p> <p>Falafels (s/g) amb amanida del temps (s/iogurt)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12</p> <p>Amanida de l'hort (s/g)</p> <p>Paella marinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>15</p> <p>Espaguetis (s/g) amb salsa de pastanaga</p> <p>Llenguadina al forn (s/g) amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>16</p> <p>Verdura de temporada i patata bullida</p> <p>Cigrons (s/g) guisats amb comí</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>17</p> <p>Arròs integral amb salsa de remolatxa</p> <p>Pit de gall dindi arrebossat (s/g) amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18</p> <p>Crema de llenties (s/g) amb xirivia</p> <p>Truita de verdures amb amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p>19</p> <p>Amanida d'hortalisses amb poma i pipes (s/g)</p> <p>Estofat de patata i costella (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>22</p> <p>Trinxat de col amb cruixent de remolatxa</p> <p>Salmó al forn(s/g) amb amanida del temps</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p>23</p> <p>Espirals (s/g) oli i alfàbrega (s/form.)</p> <p>Remenat d'ou amb bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>24</p> <p>Amanida de l'hort(s/g) amb crostons (s/al·lèrg.)</p> <p>Mongetes (s/g) estofades amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25</p> <p>Arròs integral caldós amb verdures</p> <p>Fricandó de vedella (s/g) amb bolets (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>26</p> <p>Hummus (s/g) amb crudités</p> <p>Contra cuixa de pollastre a la planxa i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>29</p> <p>Crema de porro i nap</p> <p>Macarrons (s/g) amb bolonyesa de llenties (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30</p> <p>Verdura tricolor del temps</p> <p>Pollastre al curri amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>			