

GENER	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>Cuinem de forma tradicional i natural</p> <p>Benvolgudes famílies,</p> <p>Encetem l'any amb molta il·lusió. Aprofitem aquest espai per a recordar com cuinem a l'escola.</p>	<p>10 Espaguetis amb salsa napolitana</p> <p>Bunyols de bacallà amb enciam i sèsam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11 Verdura i patata bullida</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>12 Arròs saltat amb verdures de temporada</p> <p>Gall dindi al forn amb xips de moniato</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>13 Cigrons guisats</p> <p>Truita de verdures amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Amanida d'hortalisses amb poma i pipes</p> <p>Estofat de patata i costella</p> <p>logurt ecològic</p>
	<p>Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària. La cuina catalana i mediterrània es basa en una dieta equilibrada on l'oli d'oliva, les verdures i els llegums en són protagonistes i per tant han d'estar presents en el menú de l'escola.</p>	<p>17 Trinxat de col amb cruixent de remolatxa</p> <p>Remenat d'ou amb bolets i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Crema de verdures de temporada</p> <p>Mongetes seques estofades</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19 Espirals amb pesto vegetal</p> <p>Lluç al forn amb amanida del temps</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>20 Hummus amb crudités</p> <p>Pollastre rostit amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Utilitzem, exclusivament, oli d'oliva verge extra per cuinar, fregir i amanir. Les verdures estan presents en els primers, segons plats i guarnicions. Cuinem els llegums amb verdures per reduir la presència de proteïna animal i, a voltes, els combinem amb cereals, com ja feien les nostres àvies.</p>	<p>24 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>25 Amanida de l'hort amb pipes torrades</p> <p>Pollastre al curri amb daus de poma saltada</p> <p>logurt ecològic</p>	<p>26 Crema de porro i nap</p> <p>Macarrons amb bolonyesa vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs integral caldós amb bolets</p> <p>Falafels al forn i amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>28 Saltat de cigrons amb verdures</p> <p>Truita de ceba amb amanida del temps</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Tots els nostres plats, salses i brous, estan elaborats de manera natural, sense additius ni conservants, fets exclusivament a la cuina de l'escola a primera hora del matí per a ésser consumits al migdia.</p> <p>Conservem el nom gastronòmic dels plats perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura. Els menús de l'escola tenen el segell Marca Cuina Catalana.</p> <p>I tot això, adaptat als productes de temporada i prioritant la proximitat. A gaudir-ho! Salut!</p>	<p>31 Crema de llenties</p> <p>Pollastre a l'allet i amanida de temps</p> <p>Fruita de temporada</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.