ROCA since 1966

escola BERGANTÍ
Centre concertat per la Generalitat de Catalunya

MENÚ OVOLACTOVEGETARIÀ

home

ABRIL

La veu dels infants i joves a l'Espai Migdia

Benvolgudes famílies,

És un plaer estar envoltats d'infants i joves i viure, en directe, les seves experiències.

Compartim amb vosaltres una mostra d'allò que escoltem a l'Espai Migdia de l'escola a través de diferents projectes que ens permeten connectar-hi i interactuar-hi.

Per què el iogurt és sense sucre?

Per què el pa és integral?

Per què hem de netejar quan acabem de dinar?

Per què els alumnes de dietes sempre entren primer al menjador?

Quants quilos d'espaguetis compreu?

Per a quantes persones feu menjar cada dia?

Com a casa

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2 Espaguetis italiana Falafels amb salsa de iogurt i amanida Fruita de temporada	3 Llenties estofades Truita paisana amb amanida del temps Fruita de temporada	4 Bròquil i patata bullida amb oli d'alls tendres Arròs a la cassola amb verdures i llegum Iogurt ecològic	5 Crema de pastanaga Estofat de mongetes seques Fruita de temporada
8 Sopa d'arròs (brou vegetal) Llenties estofades Fruita de temporada	9 Cigrons guisats Truita de bolets amb amanida del temps Fruita de temporada	10 Cuscús amb verdures Falafels amb salsa de iogurt i amanida Iogurt ecològic	11 Coliflor, patata i moniato amb oli de romaní Estofat de mongetes seques Fruita de temporada	12 Crema de verdures Macarrons amb bolonyesa de llenties Fruita de temporada
15 Arròs caldós amb carbassa Truita d'espinacs i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	16 Crema de bròquil Mongetes seques estofades Fruita de temporada	17 Trinxat de bledes amb oli d'alls Fideuada de verdures amb llegum Fruita de temporada	18 Sopa de galets (brou vegetal) Hamburguesa vegetal a la jardinera Iogurt ecològic	19 Amanida de l'hort Cigrons sortits de l'olla amb ceba caramel·litzada Fruita de temporada
22 Col i patata amb oli d'alls tendres Llenties estofades amb arròs i toc de comí Fruita de temporada	23 **Celebració St.Jordi** Sopa de lletres (brou vegetal) Falafels amb salsa de iogurt i xips Crema Catalana	24 Crema de porro i nap Hamburguesa vegetal planxa amb amanida del temps Fruita de temporada	25 Saltat de mongetes seques i verdures Truita de patata i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada	26 Amanida de llegum Arròs tres delícies de verdures Fruita de temporada
29 Crema de verdures de temporada Hamburguesa vegetal planxa amb patates fregides Fruita de temporada	30 Tallarines amb salsa de beixamel de coliflor Truita de moniato i ceba amb amanida del temps Fruita de temporada			

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

Registres sanitaris 26.02660/B i 26.04609/CAT