

2024

Institut José Echegaray





Desembre



Dilluns 2	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6
Sopa de fideus ECO (B, A, P, M, C) amb caldo de peix	Cassoleta de cigrons ECO amb verdures ECO de temporada	Arròs a la cassola amb verdures ECO de temporada	FESTIU	FESTIU
Magre de porc estofat amb patata (D)	Trita de xampinyons (O) amb niu d'enciams	Abadejo a la llimona (P) amb enciam i olives (D)		
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada		
Dilluns 9. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 10	Dimecres 11	Dijous 12	Divendres 13
Estofat de lleties ECO (B) amb verdures ECO de temporada	Sopa d'arròs (A) amb brou d'au	Mongetes blanques ECO amb moniato i pastanaga	Trinxat de col amb patata ECO (D)	Macarrons integrals a la napolitana (B, O, S, W) amb formatge ratllat (O, L)
Croquetes d'espínacs (B, C, O, P, S, L, A, M) amb niu d'enciams	Fogoner amb samfaina (P)	Trita de formatge (O, L) amb enciam i olives (D)	Salsitxes d'au a la planxa (D, S) amb enciam i blat de moro	Peix fresc segons mercat (P, M, C)
Fruita ECO de temporada	logurt ECO a granel (L)	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada
Dilluns 16	Dimarts 17	Dimecres 18. Dia de proteïna vegetal	Dijous 19	Divendres 20. Menú temàtic, menú de Nadal!
Mongeta verda amb patata (D)	Lleties ECO estofades (B)	Crema de verdures ECO (D)	Arròs amb sofregit de tomàquet	Escudella de galets i cigrons ECO (A, B, O)
Mandonguilles de vedella estofades (D, S)	Trita de patata i ceba (O) amb enciam i olives (D)	Hamburguesa vegetal (B, O, L, A) amb enciam i remolatxa	Lluç al forn amb julivert (P) amb enciam i pastanaga	Pollastre rostit amb prunes i orellanes (F, K)
logurt ECO a granel (L)	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Neules i torrons
Dilluns 23	Dimarts 24	Dimecres 25	Dijous 26	Divendres 27

BONES VACANCES!

Revisat per Sònia Rosell Ferrer - CAT001844

FRUITA I VERDURA <i>de temporada</i>		AL·LÈRGENS
<p>poma, mandarina, figues, pera, plàtan, taronja, kiwi, raïm</p> 	<p>porro, tomàquet, espínacs, rave, pebrot, carbassa, albergínia, remolatxa, pastanaga, mongeta verda, bleda, carxofa, api, coliflor, enciam, col, moniato, ceba, nap, xampinyó, cogombre</p> 	<p>B Gluten S Soja D Sulfits P Peix K Cacauet L Làctics C Crustaci</p> <p>W Mostassa O Ou T Tramusos A Api G Sèsam F Fruits de closca M Molusc</p>



La Festa i la Pau

*Des de les celebracions cristianes al voltant del **Nadal** i tota la seva litúrgia, fins el **Hanukkah** jueu, la **Kwanzaa** africana, el **Diwali** hindú o el **Yule**, festa pagana precursora de moltes de les tradicions que avui celebrem al voltant del Nadal.*

Les festes d'hivern són un reflex de com les tradicions i cultures es retroalimenten i s'enriqueixen entre sí.

Més enllà d'on i amb qui les celebrem, aquestes dates que s'acosten són un període d'amor, d'introspecció, de família i d'amics, de reflexió i de generositat. Són dates de bons propòsits i de simbologia, de regals i de llums.

*Però haurien de ser, per sobre de tot, temps de **PAU**.*

Els mesos de desembre i gener, treballarem amb els infants valors vinculats a les festes d'hivern: la generositat, l'empatia, la solidaritat o la fraternitat. Principalment amb tots aquells infants que, un any més, no gaudiran d'aquestes dates en pau i amb els seus éssers estimats.



Més de 40 conflictes bèlics conviuran aquestes festes amb les imatges més tradicionals. El punt de trobada de totes les celebracions: la pau, la solidaritat, la fraternitat i el respecte es contraposen als milers de víctimes innocents d'aquests conflictes.



Hem de desarmar les consciències: entendre que la militarització no ens protegirà més.

Arcadi Oliveres

