

2024

NOVEMBRE



Escola José Echegaray

Dilluns 4. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Arròs amb tomàquet Croquetes d'espínacs (B, C, O, P, S, L, A, M) amb niu d'enciams logurt ECO granel (L)	Crema de carbassó (D) amb crostonets de pa (B, F, K, L, S, G) Lluç al forn amb julivert (P) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Llenties ECO estofades (B) amb verdures ECO de temporada Trita de patata i ceba (O) amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada	Bròquil amb patata ECO (D) Pernilet al romani amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Espaguetis ECO amb salsa de formatge (B, O, S, W) amb crema de llet i formatge ratllat (O, L) Fogoner amb samfaina (P) Fruita ECO de temporada
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14. Dia de proteïna vegetal	Divendres 15
Sopa d'arròs (A) amb brou d'au Estofat vedella ecològica amb patata (D) Fruita ECO de temporada	Cassoleta de cigrons ECO Remenat d'ou i xampinyons (O) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Trinxat de col amb patata ECO (D) Pollastre a la planxa amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert Croquetes d'espínacs (B, C, O, P, S, L, A, M) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Macarrons integrals a la napolitana (B, O, S, W) Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb niu d'enciams logurt ECO granel (L)
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22. Dia de proteïna vegetal
Llenties ECO amb sofregit de verdures (B) Trita de pastanaga (O) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Mongeta verda amb patata (D) Carn d'au amb salsa de soja i mel (B, S) amb enciam i olives (D) logurt ECO granel (L)	Sopa de fideus ECO (B, O, S, W, A) amb brou d'au Lluç en salsa verda (P) amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Crema de coliflor ECO (D) Cassoleta d'arròs amb daus de rap (P) Fruita ECO de temporada	Cuscús de verdures (B, S, W) Cigrons ECO estofats Fruita ECO de temporada
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27. Menú temàtic, menú de Festa Major!	Dijous 28	Divendres 29
Espirals integrals amb sofregit de tomàquet (B, S, O, W) Bunyols de bacallà (B, O, P, S, L, F, A, W, D, K) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Arròs de verdures Cuixetes a les fines herbes amb niu d'enciams logurt ECO granel (L)	Crema de verdures (D) Pizza de verdures (B, S, L, W, O) Fruita ECO de temporada	Cassoleta de mongetes blanques ECO Trita de patata i ceba (O) amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada	Tricolor de verdura (D) mongeta verda, pastanaga i patata Botifarra de porc (D, S) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada

Revisat per Sònia Rosell Ferrer - CAT001844

Tastet mensual!

Delícies de coliflor

FRUITA I VERDURA de temporada	AL·LÈRGENS
<p>Poma, pera, raïm, plàtan, figues, taronja, mandarina, kiwi, castanya</p>	<p>Albergínia, porro, espínacs, rave, calçot, carbassa, xampinyó, bròquil, api, col, bledes, remolatxa, pastanaga, nap, enciam, carxofa, coliflor, ceba, moniato</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 Mol·lusc</p>



NOVEMBRE

Projecte de Migdia Som Valors

1 Celebrem la diversitat!

El lloc on naixem, el color de la nostra pell, el gènere o la condició socioeconòmica tenen influència no només en el desenvolupament personal i laboral sino inclús en la retribució o les possibilitats d'ascens social.



4 Marc pedagògic

Des de l'escola, els últims anys s'està duent a terme una gran tasca per tal d'integrar realitats i capacitats diverses, per treballar cap a la inclusivitat en la seva versió més àmplia i aquest mes volem contribuir-hi amb el nostre granet de sorra!

2 Punt de partida

Una pedagogia transformadora és aquella que converteix el migdia en un espai democràtic on tothom sent necessitat d'aportar. Una educació crítica és la base per poder avançar en conceptes com la igualtat, el respecte o la tolerància.

GEGANTS I MULTICULTURALITAT!

5 Els capgrossos!

No perdrem mai de vista com aquesta diversitat enriqueix els matisos d'allò local i propi i com lluny de separar-nos, les festes populars ens uneixen i actuen com a innibidors contra biaixos històrics que han estat massa arrelats a la societat

3 Els gegants!

La representació caricaturesca de figures, personatges i estereotips que ens ofereixen els gegants i capgrossos ens ajudarà a treballar una proposta multicultural i a l'hora contribuirà a normalitzar la diversitat.

6 Com ho farem?

Sense perdre de vista el marc pedagògic, intentarem aterrar la temàtica del mes de diverses maneres: creant màscares, gegants o capgrossos, elaborant manualitats al voltant d'aquests personatges i incidint en el seu simbolisme.

Algunes festes tradicionals en les que ens inspirarem aquest mes:

- La Festa Major de Torelló
- Les Santes de Mataró
- FM de Santa Rosalia de Torredembarra

