

Dimecres 8		Dijous 9		Divendres 10	
Arròs a la napolitana amb sofregit de tomàquet casolà Croquetes de pollastre (B, L, S, O, P, C, M, F, K, A, W) amb patates xips Pinya en el seu suc		Cigrons ECO estofats amb verdures ECO de temporada Truitada de patata i ceba (O) amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada		Espirals integrals amb sofregit de verdures (B, O, S, W) amb formatge ratllat (O, L) Lluç al forn en salsa verda (P) amb enciam i olives (D) logurt ECO a granel (L)	
Dilluns 13		Dimarts 14		Dimecres 15	
Guisat de llenties ECO (B) amb verdures ECO de temporada Truitada d'espínacs (O) amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada		Arròs de verdures ECO Filet de maira al forn (P) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada		Trinxat de bròquil amb patata ECO (D) Pernilets a les fines herbes amb enciam i pastanaga logurt ECO a granel (L)	
Dilluns 20		Dimarts 21		Dijous 16	
Gratinat de coliflor amb patata ECO (D) amb formatge ratllat (O, L) Hamburguesa de vedella ecològica amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel (L)		Cassoleta de cigrons ECO amb verdures ECO de temporada Truitada de carbassó (O) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada		Sopa d'au (A, B) amb verdures i pasta ECO Fogoner amb tomàquet (P) Fruita ECO de temporada	
Dilluns 27		Dimarts 28		Dijous 23. Dia de proteïna vegetal	
Sopa d'au amb arròs (A) Bunyols de bacallà (B, O, P, S, L, F, A, W, D, K) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada		Mongetes blanques ECO estofades Ous durs amb samfaina (O) Fruita ECO de temporada		Llenties ECO estofades (B) amb verdures ECO de temporada Pizza vegetal (B, S, L, W, O) Fruita ECO de temporada	
Dilluns 13		Dimarts 14		Dimecres 15	
Guisat de llenties ECO (B) amb verdures ECO de temporada Truitada d'espínacs (O) amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada		Arròs de verdures ECO Filet de maira al forn (P) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada		Trinxat de bròquil amb patata ECO (D) Pernilets a les fines herbes amb enciam i pastanaga logurt ECO a granel (L)	
Dilluns 20		Dimarts 21		Dijous 23. Dia de proteïna vegetal	
Gratinat de coliflor amb patata ECO (D) amb formatge ratllat (O, L) Hamburguesa de vedella ecològica amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel (L)		Cassoleta de cigrons ECO amb verdures ECO de temporada Truitada de carbassó (O) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada		Llenties ECO estofades (B) amb verdures ECO de temporada Pizza vegetal (B, S, L, W, O) Fruita ECO de temporada	
Dilluns 27		Dimarts 28		Dijous 30	
Sopa d'au amb arròs (A) Bunyols de bacallà (B, O, P, S, L, F, A, W, D, K) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada		Mongetes blanques ECO estofades Ous durs amb samfaina (O) Fruita ECO de temporada		Macarrons ECO a la napolitana (B) Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives (D) logurt ECO a granel (L)	
Dilluns 13		Dimarts 14		Dimecres 15	
Guisat de llenties ECO (B) amb verdures ECO de temporada Truitada d'espínacs (O) amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada		Arròs de verdures ECO Filet de maira al forn (P) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada		Trinxat de bròquil amb patata ECO (D) Pernilets a les fines herbes amb enciam i pastanaga logurt ECO a granel (L)	
Dilluns 20		Dimarts 21		Dijous 23. Dia de proteïna vegetal	
Gratinat de coliflor amb patata ECO (D) amb formatge ratllat (O, L) Hamburguesa de vedella ecològica amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel (L)		Cassoleta de cigrons ECO amb verdures ECO de temporada Truitada de carbassó (O) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada		Llenties ECO estofades (B) amb verdures ECO de temporada Pizza vegetal (B, S, L, W, O) Fruita ECO de temporada	
Dilluns 27		Dimarts 28		Dijous 30	
Sopa d'au amb arròs (A) Bunyols de bacallà (B, O, P, S, L, F, A, W, D, K) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada		Mongetes blanques ECO estofades Ous durs amb samfaina (O) Fruita ECO de temporada		Macarrons ECO a la napolitana (B) Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives (D) logurt ECO a granel (L)	

Revisat per Sònia Rosell Ferrer - CAT001844

Al·lèrgens

B Gluten	S Soja	D Sulfits	P Peix	K Cacauet
W Mostassa	O Ou	T Tramusos	G Sèsam	F Fruits de closca
M Mol·lusc	A Api	C Crustaci	L Làctics	

Fruites de temporada:

poma, pera, plàtan, taronja, mandarina, kiwi



Verdures de temporada: xirivia, rave, bleda, bròquil, porro, ceba, espinacs, api, col, carxofa, enciam, pastanaga, nap, remolatxa, co, coliflor



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

