

Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
FESTIU	Llenties ECO estofades amb verdures de temporada (B) Truita de patates i ceba (O) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Arròs amb salsa de verdures Fogoner al forn amb julivert (P) amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada	Sopa de fideus ECO (B, A, W, S) amb brou d'au Pollastre rostit amb enciam i pastanaga logurt ECO a granel (L)	Crema de coliflor ECO (D) Estofat de vedella ecològica a la jardinera Fruita ECO de temporada
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12. Dia de proteïna vegetal	Dijous 13	Divendres 14
Sopa d'arròs (A, P, M, C) amb caldo de peix Bunyols de bacallà (B, O, P, S, L, F, A, W, D, K) amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada	Trinxat de bròquil i patata ECO (D) Pernilets a les fines herbes amb enciam i remolatxa logurt ECO a granel (L)	Crema de carbassó (D) Estofat de cigrons ECO amb verdures i patata (D) Fruita ECO de temporada	Mongetes blanques ECO estofades Truita d'espínacs (O) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Espirals integrals amb salsa de formatge (B, W, S, O, L) Gallineta amb salsa de tomàquet (P) Fruita ECO de temporada
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20	Divendres 21. Dia de proteïna vegetal
Llenties ECO estofades (B) amb verdures ECO de temporada Truita de xampinyons (O) amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada	Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet (B, W, S, O) Hamburguesa de vedella (D, S) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Crema de verdures ECO de temporada (D) Cassoleta d'arròs amb daus de rap (P) Fruita ECO de temporada	Patates estofades amb verdures ECO (D) amb sofregit de tomàquet Pollastre al romaní amb enciam i pastanaga logurt ECO a granel (L)	Cuscús de verdures ECO (B, S, W) Cigrons ECO estofats Fruita ECO de temporada
Dilluns 24. Menú temàtic	Dimarts 25	Dimecres 26	Dijous 27. Dia de proteïna vegetal	Divendres 28
Brou termal (A, B, W, S) brou d'au, vegetals i pasta ECO Pernilets al forn amb enciam i remolatxa logurt ECO a granel (L)	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert Ous durs amb salsa de tomàquet (O) amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada	Fideuà de verdures ECO (B, W, S) Lluç al forn amb ceba (P) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Crema de pastanaga ECO (D) Hamburguesa vegetal (B, L, A, O) amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada	Arròs a la napolitana Peix fresc segons mercat (P, M, C) Fruita ECO de temporada

Revisat per Sònia Rosell Ferrer - CAT001844

Amb el menú temàtic de març tastarem el foc de les festes tradicionals amb el brou termal!



FRUITA I VERDURA	de temporada	AL·LÈRGENS
poma, pera, plàtan, taronja, kiwi, maduixa	xirivia, rave, bledes, bròquil, porro, pèsols, espinacs, api, col, carxofa, ceba, pastanaga, enciam, espàrrec, remolatxa, coliflor, calçot, nap	B Gluten S Soja D Sulfits P Peix K Cacauet L Làctics C Crustaci W Mostassa O Ou T Tramucos A Api G Sèsam F Fruits de closca M Molusc

TASTET MENSUAL

Snack de cigrons cruixents



Projecte de març: el foc i el canvi climàtic

Els límits planetaris i l'increment de temperatura 🌡️

Aquest mes de març treballarem els límits planetaris i com el fet de sobrepassar-los pot tenir conseqüències cada cop més visibles. El canvi climàtic és una realitat i també ho són els seus símptomes i les seves conseqüències. Una de les més evidents és l'increment de temperatura de la terra, que vincularem al foc i a les festes populars de casa nostra.

El foc és un element festiu que forma part de moltes festes majors i celebracions arreu del país. Tots i totes gaudim dels correfocs, de les falles o de les baixades de torxes i aquest mes ho treballarem al migdia a través d'activitats, tallers i manualitats que vincularan foc i clima, festa i límits, per tal de continuar fent pedagogia sobre la necessitat d'entendre que vivim en un planeta amb recursos naturals finits. **Ens acompanyeu aquest mes a la festa del foc?** 🔥

L'economia del segle XXI ha de respectar els límits planetaris i, ahora, garantir una vida digna per a tothom

Kate Raworth



El foc, des de sempre, ha format part de les festes populars a casa nostra. Des dels correfocs a les fogueres, les falles o les cerimònies amb torxes. El foc, la seva escalfor i la seva litúrgia ens permetran vincular-lo a l'escalfament global, al canvi climàtic i a les seves conseqüències.



OSP NÚMERO 1

OSP NÚMERO 2

OSP NÚMERO 3

OSP NÚMERO 4

OSP NÚMERO 5

OSP NÚMERO 6

OSP NÚMERO 7

