



Escola
Jose Echegaray

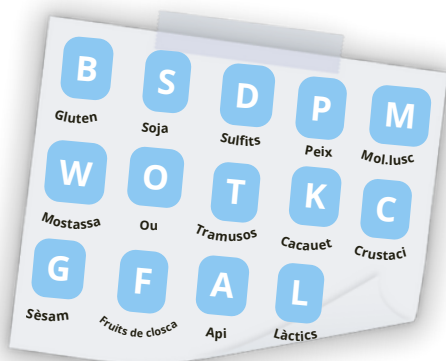


Menú febrer 2026

valors

Revisat per Paula Bach Solís- CAT002124

Dilluns 2	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6. Menú temàtic
Llenties ECO estofades (B) amb verdures de temporada Croquetes d'espínacs amb enciam Fruita ECO de temporada	Cassoleta d'arròs ECO amb verdures de temporada Fogoner amb salsa de ceba (P) Fruita ECO de temporada	Mongetes blanques ECO estofades Truita de formatge (O, L) amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada	Macarrons integrals a la napolitana (B, O, S, W) Lluç a la llimona (P) amb enciam i pastanaga logurt ECO a granel (L)	Harira (B, S, W, O) Pernillets a les fines herbes amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada
Dilluns 9	Dimarts 10	Dimecres 11. Dia de proteïna vegetal	Dijous 12. Dijous gras	Divendres 13. Carnestoltes!
Sopa meravella ECO (B, A, S, O, W) amb brou d'au Abadejo al forn amb julivert (P) amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada	Cassoleta de llenties ECO (B) Pollastre al llorer amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Coliflor amb patata ECO (D) Macarrons amb bolonyesa de llenties Fruita ECO de temporada	Arròs amb sofregit de tomàquet Truita de botifarra d'ou (O, L, D) amb enciam i olives (D) logurt ECO a granel (L)	Crema de verdures ECO (D) Pizza de gall dindi i formatge (B, S, L, O, W) Fruita ECO de temporada
Dilluns 16	Dimarts 17. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20
FESTIU	Crema de carbassa ECO (D) Llenties ECO amb sofregit de tomàquet (B) Fruita ECO de temporada	Arròs de verdures Abadejo al forn amb julivert (P) amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada	Sopa minestrone ECO (A, B, O, S, W) brou d'au amb verdures i fideus Pollastre amb herbes provençals amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert Truita de carbassó (O) amb enciam i olives (D) logurt ECO a granel (L)
Dilluns 23	Dimarts 24	Dimecres 25	Dijous 26. Dia de proteïna vegetal	Divendres 27
Bròquil amb patata ECO (D) Truita de pastanaga (O) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Trinxat de col amb patata ECO (D) Mandonguilles de vedella ecològica amb enciam i olives (D) logurt ECO a granel (L)	Espaguetis ECO amb salsa de formatge (B, O, L, S, W) Lluç al forn (P) amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada	Crema de porros ECO (D) Estofat de cigrons ECO amb xampinyons Fruita ECO de temporada	Sopa d'arròs (A) Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada



Els deserts: Marroc i Xile



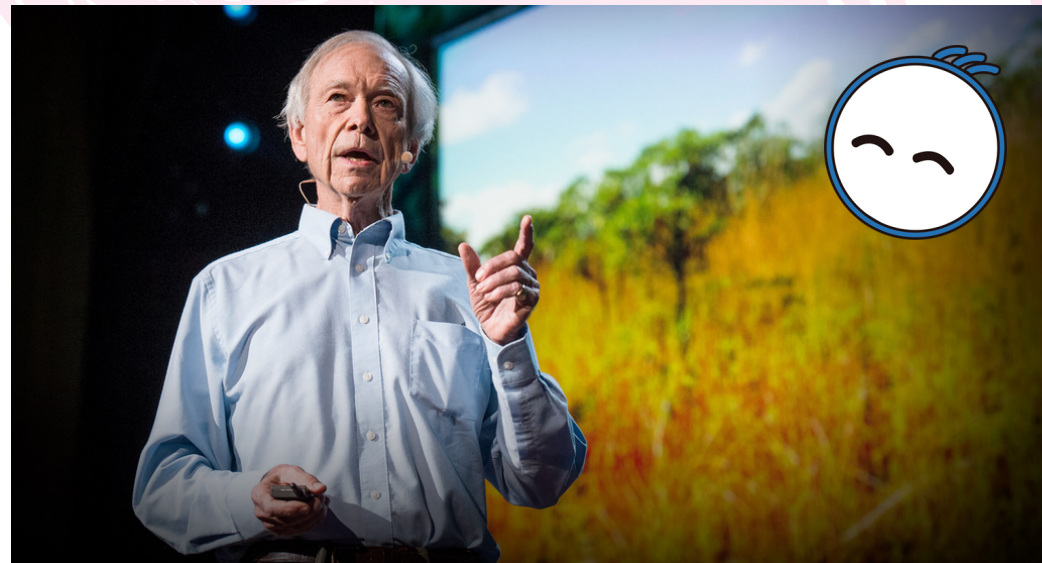
El procés de desertificació com a realitat i metàfora

Durant els mesos de gener i febrer viatgem simbòlicament al Marroc i a Xile per **conèixer l'ecosistema del desert i entendre millor alguns reptes del món actual**. Hem treballat conceptes molt presents com **l'economia circular, el materialisme, el malbaratament i el canvi climàtic**.

Aquest mes de febrer, seguirem aprofundint en aquests conceptes i ens endinsarem al desert d'Atacama per descobrir el gran impacte de la moda ràpida i la importància de reaprofitar i consumir de manera més conscient. A més, ens estem familiaritzat amb iniciatives que ajuden a revertir la desertificació, com l'agricultura regenerativa, i estem coneixent tradicions i plats típics d'aquests països que ens connecten amb la seva cultura.

El procés de desertificació es pot entendre també com una metàfora d'una transició més profunda vinculada als principis universals —la veritat, la justícia i la bellesa— i a l'origen de moltes desconexions actuals: amb l'espiritualitat, la comunitat, la terra i els ritmes de la natura. La mercantilització de tots els àmbits de la vida i l'impacte de la tecnologia estan transformant les persones, també infants i joves, en un producte dins del tecnofeudalisme, amb conseqüències com **el dèficit d'atenció, la pèrdua de profunditat, reflexió, pensament crític i humanitat**, fruit d'una alienació que acompanya l'apropiació de l'economia i de la vida.

Aquesta migració des dels valors platònics i les grans preguntes cap a la cultura del fast tot (fast fashion, fast food, delivery, TikTok, Black Friday, Cyber Monday) **esdevé una metàfora d'un procés de desertificació de la moral, dels valors, de la lluita i de les virtuts que ens fan essencialment humans**.



Allan Savory

“No es tracta ni del que produïm ni de com ho produïm, sinó de la gestió de la complexitat dels éssers humans, de la naturalesa i de l'economia, i per gestionar-los l'únic mètode bo és l'holístic”.