

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p> <p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p> <p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p> <p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>				<p>1 Trinxat de col i patata</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Espaguetis napolitana</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>5 Risotto de bolets</p> <p>Lluç a la milanesa amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Crema de porro i nap</p> <p>Fideuada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Mandonguilles jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>FESTA</p>	<p>12</p>	<p>13 Mongeta i patata bullida</p> <p>Croquetes de pollastre amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Paella de verdures i pèsols</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Llenties estofades</p> <p>Llenguadina andalusa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>16 Arròs saltat amb porro, api i pastanaga</p> <p>Pollastre al curri i poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>19 Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa mixta amb ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Macarrons italiana</p> <p>Lluç al forn amb patates i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21 Sopa de peix i arròs</p> <p>Pollastre arrebossat amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>	<p>23 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella marinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>26 Coliflor i patates saltada amb oli d'all</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs amb s.tomàquet</p> <p>Truita paisana amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>28 Crema de mongetes seques i carbassa</p> <p>Botifarra planxa i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Verdura tricolor (bròquil, pastanaga i patata)</p> <p>Pizza de gall dindi amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Macarrons amb salsa de bolets</p> <p>Llenguadina romana amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada i panellets</p>	
<p>Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, garantim un 30% de producte ecològic. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir. Els arrebossats són d'elaboració pròpia. Tenim com a màxim 2 precuinats en 6 setmanes. També oferim pa integral.</p>					



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p>				<p>1 Trinxat de col i patata</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Espaguetis (s/ou) napolitana</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>5 Arròs amb bolets</p> <p>Lluç a la milanesa amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Cigrons guisats</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Crema de porro i nap</p> <p>Fideuada (s/ou)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Sopa minestrone amb fideus (s/ou)</p> <p>Mandonguilles jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p>	<p>12 FESTA</p>	<p>13 Mongeta i patata bullida</p> <p>Croquetes de pollastre (s/al·lèrg.) enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Paella de verdures i pèsols</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Llenties estofades</p> <p>Llenguadina andalusa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>16 Arròs saltat amb porro, api i pastanaga</p> <p>Pollastre al curri i poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p>		<p>19 Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa mixta amb ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Macarrons (s/ou) italiana</p> <p>Lluç al forn amb patates i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21 Sopa de peix i arròs</p> <p>Pollastre arrebossat (s/ou) i tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Cigrons guisats</p> <p>Llenguadina a la planxa amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>
<p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>	<p>26 Coliflor i patates saltada amb oli d'all</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs amb s.tomàquet</p> <p>Lluç a la planxa amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>28 Crema de mongetes seques i carbassa</p> <p>Botifarra planxa i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Verdura tricolor (bròquil, pastanaga i patata)</p> <p>Pizza de gall dindi (s/al·lèrg.) enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Macarrons (s/ou) amb salsa de bolets</p> <p>Llenguadina romana amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita i panellets (s/al·lèrg.)</p>



Registres sanitaris 26.02660/B i 26.04609/CAT

www.froca.cat

ROCA since 1966

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, garantim un 30% de producte ecològic. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir. Els arrebossats són d'elaboració pròpia. Tenim com a màxim 2 precuinats en 6 setmanes. També oferim pa integral.

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p>				<p>1 Trinxat de col i patata</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Espaguetis (s/ou) napolitana</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>5 Arròs amb bolets</p> <p>Lluç a la milanesa (s/ou) enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Cigrons guisats</p> <p>Pit de pollastre a la planxa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Crema de porro i nap</p> <p>Fideuada (s/ou)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Sopa minestrone amb fideus (s/ou)</p> <p>Mandonguilles jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p>	<p>12 FESTA</p>	<p>13 Mongeta i patata bullida</p> <p>Croquetes de pollastre (s/al·lèrg.) enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Paella de verdures i pèsols</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Llenties estofades</p> <p>Llenguadina andalusa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>16 Arròs saltat amb porro, api i pastanaga</p> <p>Pollastre al curri i poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p>		<p>19 Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa mixta amb ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Macarrons (s/ou) italiana</p> <p>Lluç al forn amb patates i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21 Sopa de peix i arròs</p> <p>Pollastre arrebossat (s/ou) i tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Cigrons guisats</p> <p>Llenguadina a la planxa amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>
<p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>	<p>26 Coliflor i patates saltada amb oli d'all</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs amb s.tomàquet</p> <p>Lluç a la planxa amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>28 Crema de mongetes seques i carbassa</p> <p>Botifarra planxa i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Verdura tricolor (bròquil, pastanaga i patata)</p> <p>Pizza de gall dindi (s/al·lèrg.) enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Macarrons (s/ou) amb salsa de bolets</p> <p>Llenguadina romana (s/ou) enciam i pastanaga</p> <p>Fruita i panellets (s/al·lèrg.)</p>



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p>				<p>1 Amanida de temporada</p> <p>Cigrons bullits amb oli</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>	<p>2 Espaguetis amb oli i orenga</p> <p>Pollastre a la planxa amb enciam</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>
	<p>5 Arròs amb bolets</p> <p>Pit de gall dindi arrebossat amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>	<p>6 Cigrons bullits amb oli</p> <p>Truita de patata (s/ceba) enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Amanida de temporada</p> <p>Fideus a la cassola amb carn</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>	<p>8 Patata bullida amb oli</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>	<p>9 Sopa de fideus (s/verdures)</p> <p>Mandonguilles amb xampinyons</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>
<p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p>	<p>12 FESTA</p>	<p>13 Amanida variada</p> <p>Croquetes de pollastre (s/al·lèrg.) enciam i remol.</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>	<p>14 Amanida de temporada</p> <p>Arròs bullit aromatitzat amb pèsols</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>	<p>15 Llenties bullides amb oli d'oliva</p> <p>Llom a la planxa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>16 Arròs bullit aromatitzat</p> <p>Pollastre al curri i poma saltada</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>
<p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p>		<p>19 Patata bullida amb oli</p> <p>Hamburguesa mixta amb ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>	<p>20 Macarrons amb oli i orenga</p> <p>Pit de gall dindi al forn amb patates i oli d'alls</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>	<p>21 Sopa d'arròs</p> <p>Pollastre arrebossat amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>	<p>22 Cigrons bullits amb oli</p> <p>Truita de patata (s/ceba) enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>
<p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>	<p>26 Amanida variada</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>	<p>27 Arròs bullit aromatitzat</p> <p>Truita paisana amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>28 Amanida d'hortalisses de temporada</p> <p>Botifarra planxa i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>	<p>29 Amanida variada</p> <p>Pizza de gall dindi (s/al·lèrg.) enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>	<p>30 Macarrons bullits amb oli</p> <p>Pollastre arrebossat amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada (no plàtan)</p>
	<p>Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, garantim un 30% de producte ecològic. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgogens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir. Els arrebossats són d'elaboració pròpia. Tenim com a màxim 2 precuinats en 6 setmanes. També oferim pa integral.</p>				
<p>Registres sanitaris 26.02660/B i 26.04609/CAT</p> <p>www.froca.cat</p>	<p>ROCA since 1966</p>				

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p> <p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p> <p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p> <p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>				<p>1 Trinxat de col i patata</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Espaguetis (s/soja) napolitana</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>5 Risotto de bolets</p> <p>Lluç a la milanesa amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Crema de porro i nap</p> <p>Fideuada (s/soja)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Sopa minestrone amb fideus (s/soja)</p> <p>Mandonguilles jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>12 FESTA</p>		<p>13 Mongeta i patata bullida</p> <p>Croquetes de pollastre (s/al·lèrg.) enciam i remol.</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Paella de verdures i pèsols</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Llenties estofades</p> <p>Llenguadina andalusa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>
	<p>19 Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa mixta amb ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Macarrons (s/soja) italiana</p> <p>Lluç al forn amb patates i oli d'alls</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21 Sopa de peix i arròs</p> <p>Pollastre arrebossat amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>	<p>23 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella marinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>26 Coliflor i patates saltada amb oli d'alls</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs amb s.tomàquet</p> <p>Truita paisana amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>28 Crema de mongetes seques i carbassa</p> <p>Botifarra planxa i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Verdura tricolor (bròquil, pastanaga i patata)</p> <p>Pizza de gall dindi (s/al·lèrg.) enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Macarrons (s/soja) amb salsa de bolets</p> <p>Llenguadina romana amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita i panellets (s/al·lèrg.)</p>



Registres sanitaris 26.02660/B i 26.04609/CAT

www.froca.cat

ROCA since 1966

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, garantim un 30% de producte ecològic. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgogens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir. Els arrebossats són d'elaboració pròpia. Tenim com a màxim 2 precuinats en 6 setmanes. També oferim pa integral.

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p>				<p>1 Trinxat de col i patata</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Espaguetis napolitana</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>5 Risotto de bolets</p> <p>Lluç a la milanesa amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Crema de porro i nap</p> <p>Fideuada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Mandonguilles jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p>	<p>12 FESTA</p>	<p>13 Mongeta i patata bullida</p> <p>Croquetes de pollastre (s/al·lèrg.) enciam i remol.</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Paella de verdures i pèsols</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Llenties estofades</p> <p>Llenguadina andalusa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>16 Arròs saltat amb porro, api i pastanaga</p> <p>Pollastre al curri i poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p>		<p>19 Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa mixta amb ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Macarrons italiana</p> <p>Lluç al forn amb patates i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21 Sopa de peix i arròs</p> <p>Pollastre arrebossat amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>
<p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>	<p>26 Coliflor i patates saltada amb oli d'all</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs amb s.tomàquet</p> <p>Truita paisana amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>28 Crema de mongetes seques i carbassa</p> <p>Botifarra planxa i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Verdura tricolor (bròquil, pastanaga i patata)</p> <p>Pizza de gall dindi (s/al·lèrg.) enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Macarrons amb salsa de bolets</p> <p>Llenguadina romana amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita i panellets (s/al·lèrg.)</p>
<p>Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, garantim un 30% de producte ecològic. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgogens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir. Els arrebossats són d'elaboració pròpia. Tenim com a màxim 2 precuinats en 6 setmanes. També oferim pa integral.</p>					



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p>				<p>1 Trinxat de col i patata</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Espaguetis napolitana</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>5 Arròs amb bolets</p> <p>Lluç a la milanesa amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i olives</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p>7 Crema de porro i nap</p> <p>Fideuada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Mandonguilles jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p>	<p>12</p> <p>FESTA</p>	<p>13 Mongeta i patata bullida</p> <p>Croquetes de pollastre (s/al·lèrg.) enciam i remol.</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Paella de verdures i pèsols</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Llenties estofades</p> <p>Llenguadina andalusa amb enciam i olives</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p>16 Arròs saltat amb porro, api i pastanaga</p> <p>Pollastre al curri i poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p>		<p>19 Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa mixta amb ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Macarrons italiana</p> <p>Lluç al forn amb patates i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21 Sopa de peix i arròs</p> <p>Pollastre arrebossat amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt sense lactosa</p>
<p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>	<p>26 Coliflor i patates saltada amb oli d'all</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs amb s.tomàquet</p> <p>Truita paisana amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt sense lactosa</p>	<p>28 Crema de mongetes seques i carbassa</p> <p>Botifarra planxa i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Verdura tricolor (bròquil, pastanaga i patata)</p> <p>Pizza pernil país (s/al·lèrg.) enciam i remol.</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Macarrons amb salsa de bolets</p> <p>Llenguadina romana amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita i panellets (s/al·lèrg.)</p>
<p>Registres sanitaris 26.02660/B i 26.04609/CAT</p> <p>www.froca.cat</p>	<p>ROCA since 1966</p> <p>Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, garantim un 30% de producte ecològic. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgogens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir. Els arrebossats són d'elaboració pròpia. Tenim com a màxim 2 precuinats en 6 setmanes. També oferim pa integral.</p>				



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p>				<p>1 Trinxat de col i patata</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Espaguetis (s/g) napolitana</p> <p>Bacallà (s/g) a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>5 Risotto de bolets</p> <p>Lluç a la milanesa (s/g) enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Crema de porro i nap</p> <p>Fideuada (s/g)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Sopa minestrone amb fideus (s/g)</p> <p>Mandonguilles (s/g) jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p>	<p>12</p> <p>FESTA</p>	<p>13 Mongeta i patata bullida</p> <p>Croquetes de pollastre (s/al·lèrg.) enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Paella de verdures i pèsols</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Llenties estofades</p> <p>Llenguadina andalusa (s/g) enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>16 Arròs saltat amb porro, api i pastanaga</p> <p>Pollastre al curri i poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p>		<p>19 Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa mixta amb ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Macarrons (s/g) italiana</p> <p>Lluç al forn (s/g) amb patates i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21 Sopa de peix i arròs</p> <p>Pollastre arrebossat (s/g) amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>
<p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>	<p>26 Coliflor i patates saltada amb oli d'all</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs amb s.tomàquet</p> <p>Truita paisana amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>28 Crema de mongetes seques i carbassa</p> <p>Botifarra planxa i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Verdura tricolor (bròquil, pastanaga i patata)</p> <p>Pizza de gall dindi (s/al·lèrg.) enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Macarrons (s/g) amb salsa de bolets</p> <p>Llenguadina romana (s/g) enciam i pastanaga</p> <p>Fruita i panellets (s/al·lèrg.)</p>



Registres sanitaris 26.02660/B i 26.04609/CAT

www.froca.cat

ROCA since 1966

Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, garantim un 30% de producte ecològic. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir. Els arrebossats són d'elaboració pròpia. Tenim com a màxim 2 precuinats en 6 setmanes. També oferim pa integral.

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p>				<p>1 Trinxat de col i patata</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Espaguetis napolitana</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>5 Risotto de bolets</p> <p>Lluç a la milanesa amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Crema de porro i nap</p> <p>Fideuada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Mandonguilles jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p>	<p>12 FESTA</p>	<p>13 Mongeta i patata bullida</p> <p>Croquetes de pollastre amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Paella de verdures i pèsols</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Patates estofades</p> <p>Llenguadina andalusa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>16 Arròs saltat amb porro, api i pastanaga</p> <p>Pollastre al curri i poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p>	<p>19 Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa mixta amb ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Macarrons italiana</p> <p>Lluç al forn amb patates i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21 Sopa de peix i arròs</p> <p>Pollastre arrebossat amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>	<p>23 Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Paella marinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>	<p>26 Coliflor i patates saltada amb oli d'all</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs amb s.tomàquet</p> <p>Truita paisana amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>28 Crema de mongetes seques i carbassa</p> <p>Botifarra planxa i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Verdura tricolor (bròquil, pastanaga i patata)</p> <p>Pizza de gall dindi amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Macarrons amb salsa de bolets</p> <p>Llenguadina romana amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada i panellets</p>
<p>Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, garantim un 30% de producte ecològic. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir. Els arrebossats són d'elaboració pròpia. Tenim com a màxim 2 precuinats en 6 setmanes. També oferim pa integral.</p>					




OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p> <p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p> <p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p> <p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>				<p>1 Trinxat de col i patata</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Espaguetis napolitana</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>5 Risotto de bolets (brou vegetal)</p> <p>Lluç a la milanesa amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Crema de porro i nap (brou vegetal)</p> <p>Fideuada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llenguadina al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Sopa minestrone amb fideus (brou vegetal)</p> <p>Ous durs amb salsa jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>12 FESTA</p>		<p>13 Mongeta i patata bullida</p> <p>Croquetes de verdures amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de carbassa i moniato (brou vegetal)</p> <p>Paella de verdures i pèsols (brou vegetal)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Llenties estofades</p> <p>Llenguadina andalusa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>
	<p>19 Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa vegetal i ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Macarrons italiana</p> <p>Lluç al forn amb patates i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21 Sopa de peix i arròs</p> <p>Llenguadina andalusa amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>	<p>23 Crema de carbassa i pastanaga (brou vegetal)</p> <p>Paella marinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>26 Coliflor i patates saltada amb oli d'all</p> <p>Lluç a la planxa amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs amb s.tomàquet</p> <p>Truita paisana amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>28 Crema de mongetes seques i carbassa (brou vegetal)</p> <p>Hamburguesa vegetal i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Verdura tricolor (bròquil, pastanaga i patata)</p> <p>Pizza de verdures amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Macarrons amb salsa de bolets (brou vegetal)</p> <p>Llenguadina romana amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada i panellets</p>
<p>Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, garantim un 30% de producte ecològic. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir. Els arrebossats són d'elaboració pròpia. Tenim com a màxim 2 precuinats en 6 setmanes. També oferim pa integral.</p>					



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p>				<p>1 Trinxat de col i patata</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Espaguetis napolitana</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>5 Risotto de bolets</p> <p>Lluç a la milanesa amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Crema de porro i nap</p> <p>Fideuada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Bròquil i patata bullida</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Sopa minestrone amb fideus</p> <p>Bistec de vedella planxa amb salsa jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p>	<p>12 FESTA</p>	<p>13 Mongeta i patata bullida</p> <p>Croquetes de pollastre amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de carbassa i moniato</p> <p>Paella de verdures i pèsols</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Llenties estofades</p> <p>Llenguadina andalusa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>16 Arròs saltat amb porro, api i pastanaga</p> <p>Pollastre al curri i poma saltada</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p>		<p>19 Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa de vedella i ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Macarrons italiana</p> <p>Lluç al forn amb patates i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21 Sopa de peix i arròs</p> <p>Pollastre arrebossat amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>
<p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>	<p>26 Coliflor i patates saltada amb oli d'all</p> <p>Pollastre al forn amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs amb s.tomàquet</p> <p>Truita paisana amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>28 Crema de mongetes seques i carbassa</p> <p>Lluç a la planxa i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Verdura tricolor (bròquil, pastanaga i patata)</p> <p>Pizza de gall dindi amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Macarrons amb salsa de bolets</p> <p>Llenguadina romana amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada i panellets</p>
<p>Registres sanitaris 26.02660/B i 26.04609/CAT</p> <p>www.froca.cat</p>	<p>ROCA since 1966</p> <p>Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, garantim un 30% de producte ecològic. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lèrgens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir. Els arrebossats són d'elaboració pròpia. Tenim com a màxim 2 precuinats en 6 setmanes. També oferim pa integral.</p>				



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p>				<p>1 Trinxat de col i patata</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Amanida de temporada amb mongetes seques</p> <p>Espaguetis napolitana</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>5 Amanida verda completa</p> <p>Risotto de bolets (brou vegetal)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Crema de porro i nap (brou vegetal)</p> <p>Fideus amb verdures i pèsols</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Bròquil i patata bullida</p> <p>Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Sopa minestrone amb fideus (brou vegetal)</p> <p>Ous durs amb salsa jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p>	<p>12 FESTA</p>	<p>13 Mongeta i patata bullida</p> <p>Croquetes de verdures amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de carbassa i moniato (brou vegetal)</p> <p>Paella de verdures i pèsols (brou vegetal)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Graellada de verdures de temporada</p> <p>Llenties estofades</p> <p>logurt natural</p>	<p>16 Arròs saltat amb porro, api i pastanaga</p> <p>Truita francesa amb enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p>		<p>19 Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa vegetal i ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Amanida variada</p> <p>Macarrons italiana</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21 Sopa d'arròs (brou vegetal)</p> <p>Croquetes de verdures amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>
<p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>	<p>26 Coliflor i patates saltada amb oli d'all</p> <p>Llenties amb arròs integral i toc de romaní</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs amb s.tomàquet</p> <p>Truita paisana amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>28 Crema de mongetes seques i carbassa (brou vegetal)</p> <p>Hamburguesa vegetal i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Verdura tricolor (bròquil, pastanaga i patata)</p> <p>Pizza de verdures amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Macarrons amb salsa de bolets (brou vegetal)</p> <p>Croquetes de verdures amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada i panellets</p>
	<p>Als nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, i a més a més, garantim un 30% de producte ecològic. Les carns picades estan elaborades expressament per a nosaltres, sense al·lergògens ni conservants químics. S'utilitza exclusivament oli d'oliva verge extra, per cuinar, fregir i amanir. Els arrebossats són d'elaboració pròpia. Tenim com a màxim 2 precuinats en 6 setmanes. També oferim pa integral.</p>				

OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p>				<p>1 Amanida de rúcula i patata</p> <p>Remenat d'ou amb xampinyons</p> <p>Pera</p>	<p>2 Crema de pastanaga</p> <p>Hamburguesa de llegum amb enciam</p> <p>logurt ecològic amb nous</p>
	<p>5 Crema de llegum</p> <p>Hamburguesa d'au a la planxa amb formatge i ceba</p> <p>Pinya</p>	<p>6 Amanida grega amb formatge</p> <p>Sípia a la planxa amb flam d'arròs</p> <p>Broquetes de fruita fresca</p>	<p>7 Espàrrecs verds amb romesc</p> <p>Ous durs amb samfaina</p> <p>logurt natural</p>	<p>8 Amanida d'enciam i pipes</p> <p>Cuscús de verdures i llegum</p> <p>Rodanxes de poma amb mel</p>	<p>9 Amanida de temporada amb xerris, codony i nous</p> <p>Orada a la sal amb llit de ceba i patata</p> <p>Pera</p>
<p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p>	<p>12 FESTA</p>	<p>13 Favetes saltejats amb menta</p> <p>Lluç a la papillote amb verdures</p> <p>Quallada</p>	<p>14 Pasta integral amb oli i parmesà</p> <p>Aletes de pollastre amb fines herbes</p> <p>Macedònia de fruita fresca</p>	<p>15 Graellada de verdures</p> <p>Filet de porc a la planxa amb patates al caliu</p> <p>Làmines de kiwi i taronja</p>	<p>16 Tallarins frescos amb oli i alfàbrega</p> <p>Truita de formatge amb cogombre i pastanaga</p> <p>Mandarines</p>
<p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p>		<p>19 Sopa meravella</p> <p>Croquetes de llegum amb ceba i cogombre</p> <p>Kiwi</p>	<p>20 Minestra de verdures</p> <p>Ous ferrats amb tomàquet amanit</p> <p>Mel i mató</p>	<p>21 Amanida tricolor amb formatge fresc</p> <p>Sardines a la graella amb ceba i pastanaga</p> <p>Plàtan</p>	<p>22 Crema de bròquil</p> <p>Llom a la planxa amb enciam i tomàquet xerri</p> <p>Pera</p>
<p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>	<p>26 Sopa de pistons</p> <p>Quiche d'espínacs i formatge</p> <p>Pera</p>	<p>27 Espínacs a la catalana</p> <p>Hamburguesa de cigrons i arròs amb canonges</p> <p>Plàtan</p>	<p>28 Verdures a la papillote</p> <p>Tallarines amb oli d'oliva, all i gambetes</p> <p>Mandarina</p>	<p>29 Sopa de peix</p> <p>Llobarro al forn amb rodanxes de carbassó</p> <p>Prunes</p>	<p>30 Puré de llegum i verdures</p> <p>Truita d'alls tendres amb enciam i remolatxa</p> <p>Poma</p>



OCTUBRE	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>La seguretat, una prioritat</p> <p>L'obertura segura del menjador ha estat un repte que hem assumit amb il·lusió i responsabilitat, treballant colze a colze amb l'escola, analitzant diferents alternatives, que han donat lloc al Pla operatiu de gestió del risc per SARS-CoV-2, document viu que s'anirà adaptant a les diferents realitats que ens trobem al llarg d'aquest curs. El Pla conté mesures higièniques de prevenció de difusió de la contaminació, mesures tècniques i organitzatives.</p> <p>Totes les persones que treballen a cuina i menjador han rebut una formació específica per tal de garantir el coneixement de com actua i com prevenir l'acció del SARS-CoV-2, porten mascareta, els uniformes i EPIS corresponents.</p> <p>Hem reforçat les BPM (Bones pràctiques de manipulació)</p> <p>Hem adequat els processos de neteja i desinfecció a la normativa establerta amb la inclusió de productes desinfectants inclosos a la llista de viricides del RD 436/2020.</p>				<p>1 Trinxat de col i patata</p> <p>Cigrons guisats</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2 Espaguetis napolitana</p> <p>Bacallà a la llauna</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>5 Risotto de bolets (brou vegetal)</p> <p>Lluç a la milanesa amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>6 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>	<p>7 Crema de porro i nap (brou vegetal)</p> <p>Fideuada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>8 Bròquil i patata bullida</p> <p>Llenguadina al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9 Sopa minestrone amb fideus (brou vegetal)</p> <p>Ous durs amb salsa jardinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>12 FESTA</p>		<p>13 Mongeta i patata bullida</p> <p>Croquetes de verdures amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>14 Crema de carbassa i moniato (brou vegetal)</p> <p>Paella de verdures i pèsols (brou vegetal)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>15 Llenties estofades</p> <p>Llenguadina andalusa amb enciam i olives</p> <p>logurt natural</p>
	<p>19 Trinxat de col i patata</p> <p>Hamburguesa vegetal i ceba caramel., enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>20 Macarrons italiana</p> <p>Lluç al forn amb patates i oli d'all</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>21 Sopa de peix i arròs</p> <p>Llenguadina andalusa amb tomàquet amanit</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>22 Cigrons guisats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt natural</p>	<p>23 Crema de carbassa i pastanaga (brou vegetal)</p> <p>Paella marinera</p> <p>Fruita de temporada</p>
	<p>26 Coliflor i patates saltada amb oli d'all</p> <p>Lluç a la planxa amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>27 Arròs amb s.tomàquet</p> <p>Truita paisana amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>	<p>28 Crema de mongetes seques i carbassa (brou vegetal)</p> <p>Hamburguesa vegetal i patates fregides</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>29 Verdura tricolor (bròquil, pastanaga i patata)</p> <p>Pizza de verdures amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>30 Macarrons amb salsa de bolets (brou vegetal)</p> <p>Llenguadina romana amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada i panellets</p>



DESCRIPCIÓ PLATS MENÚ TARDOR-HIVERN 2020/21

ROCADINO
sans & alegres

EDUCACIÓ ALIMENTÀRIA
i CUINA SALUDABLE

C/ Bruc, 21, 3r 1a | 08010 Bcn | T. 936 741 122

Benvolgudes famílies,

Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària on prima una dieta equilibrada, on l'oli d'oliva, les verdures, els llegums i els peixos en són protagonistes. Els nostres plats conserven el nom gastronòmic corresponent perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura.

Destaquem que tots els nostres plats són elaborats sobre les bases de la cuina tradicional catalana i mediterrània. Des del mes de juny del 2019, moment en el qual F.ROCA SL i la Fundació Institut Català de la Cuina i de la Cultura Gastronòmica (FICCG) vam signar un conveni de col·laboració, els nostres menús tenen el segell **Marca Cuina Catalana**.

Els nostres Caps de Cuina, cuiners i cuineres, fan processos d'aprenentatge a fi d'aconseguir traslladar a la cuina de col·lectivitats tota la cultura gastronòmica de la cuina tradicional. Realitzem tallers de cuina per treballar noves receptes i millorar-ne d'altres amb resultats molt satisfactoris.

D'acord amb el nostre compromís amb l'RSC, un dels nostres eixos de treball és millorar la salut de les persones.

Cada temporada revisem les nostres propostes de menús per introduir les últimes tendències i recomanacions. Destaquem:

L'important **presència de pasta integral** en els nostres menús. Tota la pasta, menys la pasta petita de sopa, ho és. Sempre oferim la possibilitat d'escollir **pa integral**.

Les combinacions amb menys aportació de proteïna animal. En un període de sis setmanes, tenim tres setmanes amb un dia de menú de **proteïna vegetal**.

Les **combinacions de llegum** sempre **són amb peix, ou o carn blanca**.

Seguint les freqüències recomanades, **tenim només un dia de carn vermella a la setmana**.

Oferim la possibilitat d'escollir el **iogurt sense sucre**.

A continuació us presentem el glossari d'alguns dels plats nous d'aquesta temporada.

ARRÒS SALTAT AMB PORRO, API I PASTANAGA

La combinació de l'arròs amb aquestes tres verdures fa que aquest plat sigui molt equilibrat i molt adequat per aquesta temporada. El porro és una hortalissa de naturalesa tèbia; és a dir, escalfa el cos i, per tant, és molt útil durant l'hivern. L'api, el podem trobar tot l'any però el període òptim és la tardor i l'hivern. I a la pastanaga la tradició i la ciència li atorguen múltiples propietats. La clau de tot plegat es troba en el seu color taronja, un color que promet salut, i en el fet que sigui una verdura d'arrel, el que li confereix una interessant energia vital.

AMANIDA D'HORTALISSES "JULIENNE"

Les verdures i hortalisses crues ens aporten aigua, vitamines i minerals indispensables per tenir la pell ben nodrida i el cos ben hidratat en els dies més calorosos. Ens donen vitalitat i, pel seu contingut en fibra, regulen el trànsit intestinal. Les amanides són tot un reguitzell de simfonies de colors i sabors diferents dins un plat. Aquesta amanida combinarà iceberg, pastanaga, brots de soja, olives verdes i blat de moro tot tallat a la "julienne" i ben amanit amb una vinagreta de cítrics.

RISOTTO DE VERDURES

L'arròs és una excel·lent font d'hidrats de carboni que ens aporta molta energia i les verdures aporten una bona quantitat de vitamines i minerals. Aquest és un plat molt saborós i molt saludable perquè les verdures amb les que acompanyem l'arròs fan que sigui un plat amb gran valor nutritiu. Estem convençuts que aquest plat us agradarà molt.

PAELLA DE VERDURES I PÈSOLS

Les paelles de verdures són un àpat ben gustós i complet que agrada a tothom. Si afegim els pèsols que destaquen per un contingut alt en vitamines del grup B, vitamina C, proteïnes fàcilment digeribles, hidrats de carboni d'assimilació lenta i minerals com el calci, el ferro, el potassi, tindrem un excel·lent segon plat molt equilibrat. Bon profit!

BACALLÀ AL FORN

L'autèntic bacallà és una de les fonts de proteïnes més sana que es coneix i això és gràcies a que té un alt contingut proteic i menys d'un 3% de greix d'alta qualitat omega-3. Conté molts oligoelements com fòsfor i sals minerals de tota mena que tant necessitem. Si el cuinem al forn, aconseguim una cocció molt homogènia i si combinem bé el temps i la temperatura de cocció obtindrem una bona textura i un sabor òptim. A temperatures baixes (120-150°C) i a temps llargs aconseguirem textures més meloses, molt adequades per als peixos o guisats de carns.

