





<p>Dilluns 4</p> <p>Llenties ECO estofades amb sofregit de verdures ECO</p> <p>Truita de botifarra d'ou (O, L, D) amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dimarts 5</p> <p>Cuscús de verdures (B, S, W) amb vegetals ECO de temporada</p> <p>Magra de porc estofat (D) amb verdures i patata ECO</p> <p>logurt ECO a granel (L)</p>	<p>Dimecres 6</p> <p>Crema de pastanaga ECO (D)</p> <p>Calamars a la romana (P, C, B, O, L, M) amb niu d'enciams</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dijous 7</p> <p>Trinxat de bròquil i patata ECO (D)</p> <p>Pollastre de pagès amb salsa de formatge (L, O)</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Divendres 8. Dia de proteïna vegetal</p> <p>Macarrons integrals amb tomàquet i olives (B, O, S, D)</p> <p>Estofat de mongetes blanques ECO</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>
<p>Dilluns 11</p> <p>Sopa de pistons ECO (A, B) brou d'au i vegetals ECO</p> <p>Botifarra de porc (D, S) amb niu d'enciams</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dimarts 12</p> <p>Cigrons ECO estofats amb espinacs</p> <p>Truita de patates i ceba (O) amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dimecres 13. Menú temàtic</p> <p>Arròs integral caldós amb vegetals de temporada</p> <p>Gallineta amb salsa de tomàquet (P) amb enciam i olives (D)</p> <p>logurt ECO a granel (L)</p>	<p>Dijous 14. Dia de proteïna vegetal</p> <p>Crema de coliflor ECO (D)</p> <p>Estofat de llenties ECO amb sofregit de verdures ECO</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Divendres 15</p> <p>Pèsols amb patata (D)</p> <p>Pollastre de pagès amb salsa agredolça</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>
<p>Dilluns 18</p> <p>Tricolor de verdures (D) amb mongeta verda, pastanaga i patata</p> <p>Mandonguilles ecològiques a la jardineria</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dimarts 19. Ens ho mengem tot</p> <p>Crema de verdures (D)</p> <p>Gall dindi rostit amb farigola i patates (D)</p> <p>logurt ECO a granel (L)</p>	<p>Dimecres 20. Dia de proteïna vegetal</p> <p>Arròs ECO a la napolitana</p> <p>Llenties ECO estofades amb sofregit de verdures ECO</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dijous 21</p> <p>Mongetes blanques ECO guisades amb verdures</p> <p>Truita de porros (O) amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Divendres 22</p> <p>Espirals integrals marcianets (B, O, S, L) amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Peix fresc segons mercat (P, M, C)</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>
<p>Dilluns 25</p>	<p>Dimarts 26</p>	<p>Dimecres 27</p>	<p>Dijous 28</p>	<p>Divendres 29</p>

SETMANA SANTA

Revisat per Sònia Rosell Ferrer - CAT001844

Amb el menú temàtic de març viatjarem fins al...
Baix Empordà!



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

TASTET MENSUAL
Snack de cigrons cruixents





El mes de Març al Baix Empordà!



TINGUEM CURA DELS OCEANS

Més del 70% de la superfície terrestre és aigua. I aquestes grans concentracions d'H₂O configuren els nostres mars i oceans. Tenir-ne cura és la nostra responsabilitat, i és clau per lluitar contra el canvi climàtic i afavorir la biodiversitat.

Tal com estem veient al llarg del curs, si no reconnectem amb el nostre entorn, amb el sòl, amb les plantes, els arbres i els oceans, amb totes les espècies que els habiten... per què ens hauria de preocupar res del que hi passi? Quin és el sentit de prendre decisions conscients com volar menys, alimentar-nos de manera més sostenible, generar menys residus o cuidar la nostra empremta de carboni si no tenim clares quines són les conseqüències últimes d'aquest esforç?

Sentir-nos connectats i connectades és condició imprescindible per desenvolupar una sensibilitat per l'entorn. En aquesta tasca, la que els infants i les comunitats educatives reconnectin, és en la que estem treballant intensament aquest curs. I aquest mes de març, aprofitant que visitarem el Baix Empordà, toca visitar els oceans per entendre l'impacte que la nostra activitat té en els seus ecosistemes. Ens hi acompanyeu? 😊

SEGONS UN INFORME DE LA WWF PUBLICAT L'ANY 2020, LA POBLACIÓ DE VERTEBRATS MARINS HA DISMINUÏT DRAMÀTICAMENT UN 68% ENTRE ELS ANYS 1970 I 2016. UNA DADA IMPACTANT TENINT EN COMPTE EL BREU ESPAI TEMPORAL QUE SUPOSEN AQUESTS ANYS EN LA VIDA DE MARS I OCEANS.



El misteri dels peixos que desapareixen 🤖

A l'escola trobarem una paret (interior o exterior) on posarem els motius pels quals els peixos i les plantes estan en perill. Hi deixarem un gran espai buit, preferiblement que recordi al fons marí, on farem la nostra feina, durant tot el mes de març, de recuperació de la fauna marina i de reposició dels ecosistemes. Segur que els infants gaudeixen del procés i aprenen a respectar el mar!

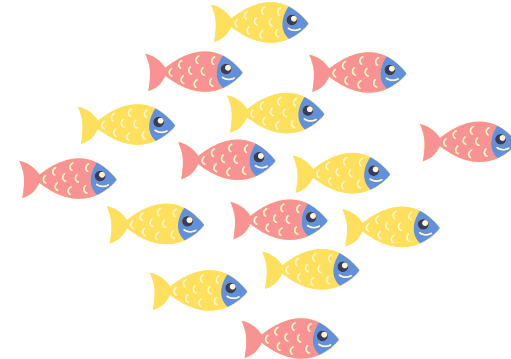
1



L'activitat humana està accelerant el canvi climàtic i aquest fa estralls en la vida marina. Plàstics, contaminació química, acústica... Els peixos estan desapareixent!!

➔ Repoblem?

Els peixos i les plantes marines han desaparegut... però per sort tenim als infants del centre i l'ofici de la ceràmica per tal de recuperar-los. Farem peixos i plantes marines de fang i les posarem a la paret per tal de recuperar la biodiversitat marina i salvar els oceans!!



↓ Una paret

Buscarem una paret que serà el nostre oceà a l'escola. A un costat, hi posarem totes les causes que estan posant en perill els ecosistemes marins. I a l'espai central, hi haurà un gran espai buit que representa el fons marí avui dia. Intuïu quina serà la nostra tasca?

