

| Dilluns 3                                                                                                                                   | Dimarts 4                                                                                                                                             | Dimecres 5                                                                                                                        | Dijous 6                                                                                                                                            | Divendres 7                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>FESTIU</b>                                                                                                                               | Llenties <b>ECO</b> estofades amb verdures de temporada (B)<br>Trita de patates i ceba (O)<br>amb enciam i blat de moro<br>Fruita de temporada        | Arròs <b>integral</b> amb salsa de verdures<br>Fogoner al forn amb julivert (P)<br>amb enciam i olives (D)<br>Fruita de temporada | Sopa de fideus <b>ECO</b> (B, A, W, S)<br>amb brou d'au<br>Pollastre rostit<br>amb enciam i pastanaga<br>Fruita de temporada                        | Crema de coliflor (D)<br>Mandonguilles a la jardinera (D, S)<br>Fruita de temporada                                                               |
| Dilluns 10                                                                                                                                  | Dimarts 11                                                                                                                                            | Dimecres 12                                                                                                                       | Dijous 13                                                                                                                                           | Divendres 14. Dia de proteïna vegetal                                                                                                             |
| Trinxat de bròquil i patata (D)<br>Botifarra de porc (D, S)<br>amb enciam i olives (D)<br>Fruita de temporada                               | Sopa d'arròs <b>ECO</b> (A, P, M, C)<br>amb caldo de peix<br>Pernilets a les fines herbes<br>amb enciam i remolatxa<br>logurt <b>ECO</b> a granel (L) | Mongetes blanques <b>ECO</b> estofades<br>Trita d'espínacs (O)<br>amb enciam i blat de moro<br>Fruita de temporada                | Espirals <b>integrals</b> amb salsa de formatge (B, W, S, O, L)<br><b>Peix fresc segons mercat (P, M, C)</b><br>Fruita de temporada                 | Crema de porros (D)<br>Estofat de cigrons <b>ECO</b> amb verdures i patata (D)<br>Fruita de temporada                                             |
| Dilluns 17                                                                                                                                  | Dimarts 18. Ens ho mengem tot                                                                                                                         | Dimecres 19                                                                                                                       | Dijous 20. Dia de proteïna vegetal                                                                                                                  | Divendres 21                                                                                                                                      |
| Llenties <b>ECO</b> estofades (B)<br>amb verdures de temporada<br>Trita de xampinyons (O)<br>amb enciam i olives (D)<br>Fruita de temporada | Espaguetis <b>integrals</b> amb salsa de tomàquet (B, W, S, O)<br>Hamburguesa d'au (D, S)<br>amb enciam i blat de moro<br>Fruita de temporada         | Crema de verdures de temporada (D)<br>Cassoleta d'arròs <b>ECO</b> amb daus de rap (P)<br>Fruita de temporada                     | Cuscús de verdures (B, S, W)<br>Cigrons <b>ECO</b> estofats<br>Fruita de temporada                                                                  | Patates estofades amb verdures (D)<br>amb sofregit de tomàquet<br>Pollastre al romaní<br>amb enciam i pastanaga<br>logurt <b>ECO</b> a granel (L) |
| Dilluns 24                                                                                                                                  | Dimarts 25                                                                                                                                            | Dimecres 26                                                                                                                       | Dijous 27. Menú temàtic                                                                                                                             | Divendres 28. Dia de proteïna vegetal                                                                                                             |
| Arròs <b>integral</b> a la napolitana<br>Lluç al forn amb ceba (P)<br>amb niu d'enciams<br>Fruita de temporada                              | Mongetes blanques <b>ECO</b> saltejades amb all i julivert<br>Ous durs amb salsa de tomàquet (O)<br>amb enciam i olives (D)<br>Fruita de temporada    | Tricolor de verdura (D)<br>amb mongeta verda, pastanaga i patata<br>Magre de porc estofat (D)<br>Fruita de temporada              | Brou termal (A, B, W, S)<br>brou d'au, vegetals i pasta <b>ECO</b><br>Pernilets al forn<br>amb enciam i remolatxa<br>logurt <b>ECO</b> a granel (L) | Crema de pastanaga (D)<br>Estofat de llenties <b>ECO</b> amb verdures (B)<br>Fruita 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, espínacs, api, col, carxofa, ceba, pastanaga, enciam, espàrrrec, remolatxa, coliflor, calçot, nap | <div> <div>B</div>Gluten <div>S</div>Soja <div>D</div>Sulfits <div>P</div>Peix <div>K</div>Cacauet <div>L</div>Làctics <div>C</div>Crustaci </div> <div> <div>W</div>Mostassa <div>O</div>Ou <div>T</div>Tramucos <div>A</div>Api <div>G</div>Sèsam <div>F</div>Fruits de closca <div>M</div>Molusc </div> |

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

