

La responsabilitat

El menjador, gràcies al llibre **La volta al món en 80 dies**, seguirà situat a Egipte i això ens farà recordar el desert i els camells dels pessebres en aquestes **festes de solidaritat**. Traslladats a aquella terra de sorra, valorarem el control del soroll ambiental amb el **projecte d'educació acústica**, apreciament el gust per la melodia i el silenci en la natura. Dintre de la **responsabilitat ambiental** crearem les nostres pròpies joguines amb materials reciclats per evitar ser com els grans faraons que volien ser enterrats amb els seus tresors. Jugarem a jocs de mimica com els egipcis que només pintaven als homes i dones de costat i amb un sol ull. Arribarem a la festa del Nadal, on no faltaran el nostre Tió, els arbres, les neules, els torrons i **els millors desitjos de pau i felicitat** com a mitjà de transport que ens guiaran tota la vida.



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 Kcal:599 HC:72 Lip:26 Prot:19 Bròquil, pastanaga i patata amb picadeta d'all Botifarra amb seques Fruita del temps	4 Kcal:610 HC:69 Lip:20 Prot:36 Sopa de rap i pasta Pollastre a la taronja amb amanida logurt de la Cooperativa D'Olot	5 Kcal:812 HC:76 Lip:40 Prot:37 Mongetes estofades Truita d'espinaacs amb amanida Fruita del temps	6 FESTA	7 Kcal:651 HC:93 Lip:16 Prot:34 FESTA
10 Kcal:688 HC:91 Lip:23 Prot:30 Espaguetis amb tomàquet, alfàbrega i formatge Calamars arrebossats amb amanida Fruita del temps	11 Kcal:649 HC:74 Lip:26 Prot:29 Cigrans amb col i pastanaga Truita de pemil Fruita del temps	12 Kcal:619 HC:57 Lip:21 Prot:50 Sopa de brou i pistons Pollastre a la farigola amb amanida logurt de la Cooperativa D'Olot	13 Kcal:634 HC:98 Lip:18 Prot:21 Crema de porros Paella mixta (carne i peix) Fruita del temps	14 Kcal:645 HC:79 Lip:21 Prot:35 Bleda i patata Estofat de vedella amb verdurettes Fruita del temps
17 Kcal:679 HC:80 Lip:27 Prot:29 Llenties estofades Truita de patata i ceba amb amanida Fruita del temps	18 Kcal:767 HC:81 Lip:37 Prot:27 Tallarines al pesto d'espinaacs Croquetes de carn d'olla amb amanida Fruita del temps	19 Kcal:598 HC:73 Lip:23 Prot:25 Purè de verdures amb blat sarraí Rostit de llonganissa amb patates Fruita del temps	20 Kcal:637 HC:96 Lip:15 Prot:28 Arròs amb sofregit de tomàquet Lluç a la planxa amb amanida Fruita del temps	21 Kcal:750 HC:69 Lip:36 Prot:36 FESTA DE NADAL Escudella de nadal Pollastre amb prunes Neules i torrons

El nostre menú escolar està basat en una **cuina casolana i de qualitat**, una dieta mediterrània amb proveïdors propers, considerant la temporalitat dels aliments.



i per equilibrar el sopar us proposem...

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 Pasta Ou i amanida Lacti	4 Amanida Peix i patata Fruita	5 Verdura Vedella i arròs Lacti	6 FESTA	7 Pasta Au i amanida Lacti
10 Verdura Au i patata Lacti	11 Arròs Peix i amanida Lacti	12 Verdura Peix i patata Fruita	13 Pasta Ou i amanida Lacti	14 Pasta Peix i amanida Lacti
17 Verdura Au i arròs Lacti	18 Verdura Peix i patata Lacti	19 Pasta Ou i amanida Lacti	20 Verdura Vedella i patata Lacti	21 Amanida Peix i arròs Fruita