





<p>Dilluns 4</p> <p>Crema de pastanaga (D)</p> <p>Arròs ECO amb tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Dimarts 5. Dia de proteïna vegetal</p> <p>Macarrons integrals (B, O, S) amb tomàquet i olives (D)</p> <p>Hamburguesa vegetal (B, L, A, O) amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Dimecres 6</p> <p>Llenties ECO estofades amb sofregit de verdures</p> <p>Truita francesa (O) amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Dijous 7</p> <p>Arròs ECO de verdures amb vegetals de temporada</p> <p>Magra de porc estofat (D) amb verdures i patata</p> <p>logurt (L)</p>	<p>Divendres 8</p> <p>Trinxat de bròquil i patata (D)</p> <p>Pernilets a les fines herbes amb enciam i olives (D)</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Dilluns 11</p> <p>Sopa de pistons ECO (A, B) brou d'au i vegetals</p> <p>Botifarra de porc (D, S) amb niu d'enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Dimarts 12</p> <p>Cigrons ECO</p> <p>Truita de patates i ceba (O) amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Dimecres 13</p> <p>Arròs ECO caldós amb vegetals de temporada</p> <p>Gallineta amb salsa de tomàquet (P) amb enciam i olives (D)</p> <p>logurt (L)</p>	<p>Dijous 14. Dia de proteïna vegetal</p> <p>Crema de coliflor (D)</p> <p>Estofat de llenties ECO amb sofregit de verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Divendres 15</p> <p>Patates estofades (D) amb sofregit de tomàquet</p> <p>Pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p>Dilluns 18</p> <p>Tricolor de verdures (D) amb mongeta verda, pastanaga i patata</p> <p>Mandonguilles a la jardinera (D, S)</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Dimarts 19</p> <p>Crema de pèsols (D)</p> <p>Pollastre rostit amb farigola i patates (D)</p> <p>logurt (L)</p>	<p>Dimecres 20</p> <p>Mongetes blanques ECO</p> <p>Truita francesa (O) amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Dijous 21</p> <p>Arròs integral amb tomàquet</p> <p>Pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Divendres 22</p> <p>Espirals ECO marcianets (B, O, L) amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Peix fresc segons mercat (P, M, C)</p> <p>Fruita 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!

<p>FRUITA I VERDURA</p> <p><i>de temporada</i></p> <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>AL·LÈRGENS</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!

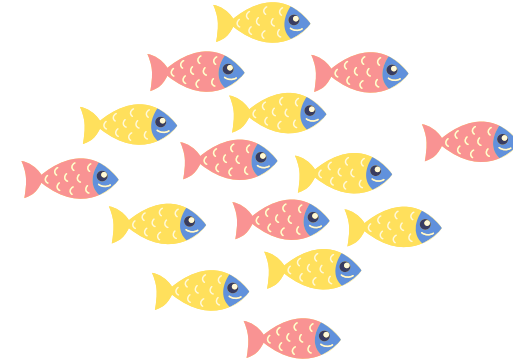
1



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?

