



març 2020



La generositat

El menjador es transformarà en un jardí oriental ple de l'encant transcendental de la veneració que senten els japonesos per la natura, agraint **la generositat** que aquesta ens aporta, amb la seva bellesa i els seus fruits. **Celebrarem un dinar típic** d'aquell país i aprendrem que la seva dieta és molt saludable, essent un dels països amb menys obesitat del món. Farem una gimcana de la **sostenibilitat social**, amb una barreja de molts jocs, com el dels somriures dels robots. El conte de la Festa de Sakura, dels cirerers en flors, ens farà realitzar **activitats sobre les emocions**, amb la pedagogia del Mestre Toshiro Kanamori, per aconseguir ser feliços des del fons del cor, pensant en els altres.



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2 Macarrons ECO amb tomàquet, alfàbrega i formatge Lluç a l'andalusa amb enciam ECO romana i raves Fruita del temes	3 Bleda i patata Rodó de gall dindi amb rodanxes de poma Fruita del temps	4 Sopa de galets ECO Estofat de vedella ECO amb hortalisses Fruita del temps	5 Crema de pèsols i pastanaga Arròs amb verdures i quinoa logurt artesà	6 Mongetes estofades ECO amb hortalisses Trita de patata i ceba amb enciam ECO meravella i olives Fruita del temes
9 Trinxat de col i patata Botifarra a la planxa amb enciam ECO i pastanaga Fruita del temps	10 Espaguetis ECO carbonara Bacallà al forn amb samfaina Fruita del temps	11 Llenties ECO jardineria Hamburguesa vegetal amb enciam ECO i tomàquet logurt artesà	12 Arròs amb sofregit casolà de tomàquet Trita de formatge amb enciam ECO roure i mandarina Fruita del temps	13 Sopa brou i pasta ECO Pollastre a la farigola amb patata i pebrot Fruita del temps
16 Purè de pastanaga i porros amb crostonets Canelons de rostit Fruita del temps	17 Escudella barrejada Pernilets de pollastre al forn amb patates fregides i amanida Fruita del temps	18 Arròs amb verdures Calamars a la andalusa casolà amb varietats d'enciam ECO i llavors logurt artesà	19 Mongeta tendra i patata Fricandó de vedella ECO amb bolets Fruita del temps	20 Cigrons ECO estofats Trita de carbassó amb enciam i formatge Fruita del temps
23 Sopa de brou i pistons ECO Bacallà a la llauna amb seques ECO Fruita del temps	24 Coliflor i patata gratinat Salsitxes a la planxa amb Enciam ECO, ruca i olives Fruita del temps	25 Tallarines ECO al pesto d'espínacs Croquetes de bolets amb tomàquet amanida i formatge Fruita del temps	26 Llenties ECO jardineria Trita de patata i ceba amb varietats d'enciams ECO i formatge logurt artesà	27 Japonesa Arròs amb bolets shiitake Pollastre karaage amb amanida d'enciams ECO i germinats Doroyakis
30 Mongeta tendra i patata Hamburguesa a la planxa amb ceba caramel·litzada i tomàquet amanit i olives Fruita del temps	31 Sopa de galets ECO Pernilets de pollastre al forn amb carxofes arrebossades Fruita del temps	Verdures bleda, col, coliflor, enciam, espínacs, faves, pastanaga, pèsols i porro. Fruites mandarina, poma, plàtan i taronja.		