

Maig

MAYO 2019



DILLUNS LUNES		DIMARTS MARTES		DIMECRES MIERCOLES		DIJOUS JUEVES		DIVENDRES VIERNES	
6	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de brocoli / Crema de brócoli • Truita de gambes amb amanida / Tortilla de gambas con ensalada • Fruta / Fruta 	7	<ul style="list-style-type: none"> • Bullit valencià / Hervido valenciano • Pernillets de pollastre amb verdures / Jamoncitos de pollo con verduras • Fruta / Fruta 	8	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrons amb anous / Macarrones con nueces • yogur / Yogurt 	9	<ul style="list-style-type: none"> • Vichysoise / Vichyssoise • Torrades de salmó fumat amb carota y maionesa / Tostas de salmón ahumado y con zanahoria y mahonesa • Fruta / Fruta 	10	<ul style="list-style-type: none"> • Broquetxa de titot amb verdures / Brocheta de pavo con verduras • Fruta / Fruta
13	<ul style="list-style-type: none"> • Pastis de tonyina amb lletuga juliana i salsa rosa / Pastel de atún con lechuga y juliana y salsa rosa • Fruta / Fruta 	14	<ul style="list-style-type: none"> • Amanida de pollastre/ Ensalada de pollo • Truita de formatge amb pinyons/ Tortilla de queso con piñones • yogur / Yogurt 	15	<ul style="list-style-type: none"> • Lasanya de carn amb verdures / Lasaña de carne con verduras • Fruta / Fruta 	16	<ul style="list-style-type: none"> • Titot en salsa amb pesols, carota i creilles / Pavlo en salsa con guisantes, zanahoria y patatas • Fruta / Fruta 	17	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa d'olla / Sopa de cocido • Rap a la marinera amb amanida/ Rape a la marinera con ensalada • Fruta / Fruta
20	<ul style="list-style-type: none"> • Puré de verdures / Puré verduras • Pit de pollastre amb creilles torrades / Pechuga de pollo con patatas asadas • Fruta / Fruta 	21	<ul style="list-style-type: none"> • Amanida verda/ Ensalada verde • Canelons gratinats/ Canelones gratinados • Fruta / Fruta 	22	<ul style="list-style-type: none"> • Ou remenant amb pernil i amanida / Phœnix en revuelto con jamón y ensalada • Petit-suisse / Petit suisse 	23	<ul style="list-style-type: none"> • Bullit de bledes / Hervido de aceglas • Vedella a la planxa amb xampinyons / Temera a la plancha con championes • Fruta / Fruta 	24	<ul style="list-style-type: none"> • Gazpacho andalusí / Gazpacho andaluz • Figueretes de lluç amb menestra / Figuritas de meliza con menestra • Fruta / Fruta
27	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de carabassí / Crema de calabacín • Mandonguilles jardinera / Albondigas jardinera • Fruta / Fruta 	28	<ul style="list-style-type: none"> • Carxofes amb pernil/ Alcachofas con jamón • Lluç al forn / Merluza al horno • Fruta / Fruta 	29	<ul style="list-style-type: none"> • Ou remenant amb tomaca natural/ Tortilla de patatas con tomate natural • Fruta / Fruta 	30	<ul style="list-style-type: none"> • Baquetes amb tomaca/ Judías con tomate • Llenguat a l'andalusa amb xampinyons / Lengua a la andaluza con championes • Fruta / Fruta 	31	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza de tomaca, pernil, ceba, dacsia, formatge, orenga / Pizza de tomate, jamón, cebolla, maíz, queso, orégano • Fruta / Fruta

AULA DE CUINA

On aprenem receptes curioses i termes de cuina

RECEPTES FÀCILS PER FER ALS VOSTRES FILLS

GRANISSAT DE LLIMONA

Ingredients per 1 litre: 3 llimes, 750 ml d'aigua, 200 gr sucre o edulcorant. Pots canviar els nivells d'acidesa o dolçor segons els teus gustos i el de la teva família.

1-Ratlla les closques de la llima(només ho groc). Una tècnica perquè et quedin millor és posar-los una estona abans al congelador.

2-Incorpora el sucre al suc i a les ratllades i aboca tot en un pot.

3-Porta al foc mitjà-fort fins que bulli i deixa uns 7 minuts perquè es redueixi a la meitat.

4-Retira del foc i barreja amb l'aigua freda o a temperatura ambient.

5-Col-loca al congelador durant una hora.

6-Retira i remou una mica, torna a congelar durant una altra hora i repeteix l'operació.

7-Després de tres hores ja pots gaudir del teu granissat de llima. Si no vols esperar, pots afegir diversos cubs de gel a la preparació final i triturar tot junt.

LLET MERENGADA

Ingredients: 1 litre llet, 2 palets canyella, 1 pella de llima, sucre o edulcorant.

1. Posar la llet en una olla, portar-lo a ebullició i afegir el sucre o edulcorant, la canyella en branca i la pell de llima prèviament rentada.

2. Deixar bullir 5 minuts, passar per un colador a un recipient net i deixar refredar.

3. Un cop fred ficar al congelador i quan estigui mig congelat triturar o batre fins que estigui granissat.

iii Anem a refrescar-nos que arriba l'estiu !!!

MES DELS ASSOLIMENTS

Objectius a treballar:

-Dirigir el comportament dels xiquets cap l'assoliment alguna cosa a través dels jocs i activitats.

-Treballar la tolerància a la frustració, mitjançant plantejaments lúdics.

-Destacar la importància de planificar qualsevol activitat per a obtenir èxit.

-Educir en valors a partir de jocs, lectures i activitats.

RACÓ D'HÀBITS

-Menjar amb la boca tancada

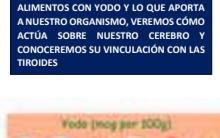
-No parlar mentre es té menjat en la boca

També comptarem amb menú de dieta blanca, infantil i menús adaptats a diferents tipus d'al·lergies. Els nostres menús estan avalats pel departament de Ciència i Enginyeria d'Aliments de la Universitat Politècnica de València. Durant la temporada de la terra, es donarà un dia a la setmana suc natural. El batut no es donarà amb la fruita d'estiu ni cítrics per evitar possibles problemes digestius.

AQUEST MES ANEM A TREBALLAR AMB ELS XIQUETS:

EXPOSICIÓ SOBRE LA "VITAMINA F" Y EL YODO

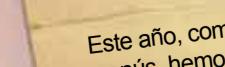
ESTE MES DE MAYO, APRENDEMOS COSAS INTERESANTES SOBRE LA "VITAMINA F", COMO POR EJEMPLO, QUE NO ES UNA VITAMINA REALMENTE, SINO UN CONJUNTO DE ACIDOS GRASOS POLINSATURADOS, QUE TIENEN EL MISMO EFECTO: REDUCIR EL COLESTEROL MALO (LDL) Y AUMENTAR EL COLESTEROL BUENO (HDL).



Símbolos ALERGENOS



SOIA



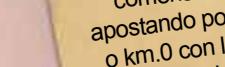
DIÓXID DE SOFRE I SULFITS



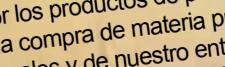
ALTRAMUCES



CACAUETS



GLUTEN



CRUSTACIS



FRUITS CORFA



API



OVS



LÀCTICS

MOL·LUSCS

MOSTASSA

PEIX

SÈSAM

CONTA LABOR CON LOS PRODUCTOS DE PROXIMIDAD Y LOS PRODUCTOS ECOLÓGICOS

Este año, como podéis comprobar en los menús, hemos aumentado la cantidad de productos ecológicos que damos a nuestros comensales. También hemos seguido apostando por los productos de proximidad o km.0 con la compra de materia prima a proveedores locales y de nuestro entorno con lo que contribuimos a la economía local y a contaminar menos.

conta labor