

FEBRER

Avancem cap a uns menjadors escolars més saludables i sostenibles, on cuidar l'alimentació dels infants i joves és cuidar el seu present i el seu futur.

Benvolgudes famílies, volem compartir amb vosaltres un pas important a nivell legislatiu que reforça aquesta mirada: l'aprovació del Reial decret 315/2025, que desplega la Llei 17/2011 de seguretat alimentària i nutrició. Aquest decret entrarà en vigor l'abril del 2026 i regula els menjadors escolars amb l'objectiu de garantir una alimentació més saludable, equilibrada i respectuosa amb el medi ambient.

A Catalunya, des de fa anys, hem comptat amb la feina rigorosa i constant de l'ASPCAT a través de les guies d'alimentació als centres educatius. El nou Reial decret converteix en norma d'obligat compliment moltes de les recomanacions que ja han guiat l'elaboració dels menús escolars i que, a F.ROCA, hem impulsat de manera constant amb el vostre suport i compromís.

El decret també fa una aposta clara per la sostenibilitat, promovent el consum responsable, la reducció del malbaratament alimentari i una relació més conscient amb el que mengem. En aquest sentit, ja l'any 2015 vam ser pioners en l'impuls d'un dels primers circuits curts de comercialització de verdures i hortalisses.

Seguirem treballant amb rigor, criteri professional i sensibilitat educativa per assolir les directrius del decret.

Volem fer un agraïment especial al nostre equip de dietistes-nutricionistes, que han liderat aquest camí amb compromís i expertesa.

Aquest febrer, reafirmem el nostre compromís: oferir àpats que alimenten el cos, eduquen els hàbits i cuiden el futur, amb transparència, responsabilitat i confiança compartida.

DILLUNS

2
 Trinxat de col amb oli d'all's

 Mandonguilles mixtes a la jardineria
 Fruita de temporada

9
 Crema de carbassa, porro i moniato

 Estofat de gall dindi amb nap i patata
 Fruita de temporada

16

Festa

23
 Coliflor i patata bullida

 Pizza de gall dindi amb enciam i pastanaga
 Fruita de temporada

DIMARTS

3
 Espaguetis integrals a la crema

 Ous durs amb salsa de tomàquet, enciam i remolatxa
 Fruita de temporada

10
 Arròs saltat amb verdures

 Lluç al forn sobre llit de carbassó
 Fruita de temporada

17
 Bròquil i patata bullida

 Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal
 Fruita de temporada

24
 Crema de mongetes seques i carbassa

 Pollastre arrebossat amb enciam i remolatxa
 logurt natural

DIMECRES

4 **D.Mundial contra el Càncer**
 Mongeta i patata bullida

 Cigrons guisats amb toc de comí
 Fruita de temporada

11 **Mare de Déu de Lurdes**
 Verdura tricolor

 Cuixa de pollastre a la llimona amb enciam i raves
 Postres especials

18 **DIMECRES DE CENDRA**
 Arròs amb salsa de tomàquet

 Llenguadina a l'andalusa amb enciam i tomàquet
 Fruita de temporada

25
 Sopa de fideus

 Bacallà a la llauna
 Fruita de temporada

DIJOUS

5
 Crema de mongetes seques i pastanaga

 Llenguadina a l'andalusa amb enciam i olives negres
 Fruita de temporada

12 **DIJOUS GRAS**
 Espaguetis integrals amb toc de remolatxa

 Truita de botifarra d'ou amb enciam i vinagreta de taronja
 Fruita i Coca de llardons

19
 Crema de porro i nap

 Hamburguesa mixta amb enciam i remolatxa
 Fruita de temporada

26
 Risotto de bolets

 Truita de carbassa i patata amb enciam i tomàquet
 Fruita de temporada

DIVENDRES

6
 Arròs tres delícies

 Pollastre al curri amb enciam i tomàquet
 logurt natural

13
 Llenties estofades

 Croquetes de bacallà amb enciam i olives
 Fruita de temporada

20
 Cigrons guisats

 Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga
 Fruita de temporada

27
 Mongeta i patata bullida

 Llenties estofades amb arròs integral i toc de romaní
 Fruita de temporada

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

Benvolgudes famílies,

Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària on prima una dieta equilibrada. Els nostres plats conserven el nom gastronòmic corresponent perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura.

Destaquem que tots els nostres plats són elaborats sobre les bases de la cuina tradicional catalana i mediterrània. Tenim el segell Marca **Cuina Catalana**.

Els nostres Caps de Cuina, cuiners i cuineres, fan processos d'aprenentatge a fi d'aconseguir traslladar a la cuina de col·lectivitats tota la cultura gastronòmica de la cuina tradicional. Realitzem tallers de cuina per treballar noves receptes i millorar-ne d'altres.

D'acord amb el nostre compromís amb l'RSC, un dels nostres eixos de treball és millorar la salut de les persones. Cada temporada revisem les nostres propostes de menús per introduir de manera progressiva, i d'acord amb l'escola, les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de la Generalitat (ASPCAT).



C!
CUINA CATALANA

MÉS



Fruites



Hortalisses



Llegums



Fruita seca



Activitat física i social

CANVIEU A



Aigua



Aliments integrals



Oli d'oliva



Aliments de temporada i proximitat

MENYS



Sal



Sucre



Carn vermella i processada



Aliments ultraprocessats

FEBRER

Avancem cap a uns menjadors escolars més saludables i sostenibles, on cuidar l'alimentació dels infants i joves és cuidar el seu present i el seu futur.

Benvolgudes famílies, volem compartir amb vosaltres un pas important a nivell legislatiu que reforça aquesta mirada: l'aprovació del Reial decret 315/2025, que desplega la Llei 17/2011 de seguretat alimentària i nutrició. Aquest decret entrarà en vigor l'abril del 2026 i regula els menjadors escolars amb l'objectiu de garantir una alimentació més saludable, equilibrada i respectuosa amb el medi ambient.

A Catalunya, des de fa anys, hem comptat amb la feina rigorosa i constant de l'ASPCAT a través de les guies d'alimentació als centres educatius. El nou Reial decret converteix en norma d'obligat compliment moltes de les recomanacions que ja han guiat l'elaboració dels menús escolars i que, a F.ROCA, hem impulsat de manera constant amb el vostre suport i compromís.

El decret també fa una aposta clara per la sostenibilitat, promovent el consum responsable, la reducció del malbaratament alimentari i una relació més conscient amb el que mengem. En aquest sentit, ja l'any 2015 vam ser pioners en l'impuls d'un dels primers circuits curts de comercialització de verdures i hortalisses.

Seguirem treballant amb rigor, criteri professional i sensibilitat educativa per assolir les directrius del decret.

Volem fer un agraïment especial al nostre equip de dietistes-nutricionistes, que han liderat aquest camí amb compromís i expertesa.

Aquest febrer, reafirmem el nostre compromís: oferir àpats que alimenten el cos, eduquen els hàbits i cuiden el futur, amb transparència, responsabilitat i confiança compartida.

DILLUNS

2
Arròs caldós amb verdures

Lluç amb salsa verda amb enciam i pastanaga
logurt natural

9
Sopa juliana

Bacallà amb samfaina
Fruita de temporada

16
Festa

23
Espirals amb salsa de formatges
Llenguado a la planxa amb amanida
Fruita de temporada

DIMARTS

3
Pèsols amb patata

Pollastre a les fines herbes amb amanida
Fruita de temporada

10
Tallarines a la napolitana

Remenat espàrrecs, alls tendres, gambes i amanida
Fruita de temporada

17
Crema de verdures del temps
Truita d'espínacs i patata, amanida
Fruita de temporada

24
Arròs amb verdures al curri
Remenat de gambetes amb amanida
Fruita de temporada

DIMECRES

4
Llacets amb salsa de bolets

Truita paisana amb enciam i olives
Fruita de temporada

11
Trinxat de bledes

Seitons al forn amb amanida
Fruita de temporada

18
Llenties estofades

Aletes de pollastre adobades amb amanida
logurt natural

25
Trinxat de col i patata

Cuixa de pollastre al forn amb patata i pastanaga
Fruita de temporada

DIJOUS

5
Minestra de verdures

Brotxeta de gall dindi amb amanida
Fruita de temporada

12
Crema de coliflor i pastanaga

Mandonguilles vegetals amb salsa de tomàquet
logurt natural

19
Espirals saltats amb bròquil

Calamarcets a la planxa amb amanida
Fruita de temporada

26
Crema de bròquil

Estofat de vedella
logurt natural

DIVENDRES

6
Sopa minestrone amb fideus

Hamburguesa casolana de llenties amb amanida
Fruita de temporada

13
Arròs amb salsa de pastanaga

Pollastre rostit amb amanida
Fruita de temporada

20
Arròs amb api, porro i pastanaga

Daus de gall dindi marinats amb amanida
Fruita de temporada

27
Espirals amb salsa de pastanaga
Rap a la basca amb amanida

Fruita de temporada

En els nostres menús prioritzem els productes de proximitat i qualitat, potenciant la sostenibilitat. Cuinem de forma tradicional i natural sense additius ni conservants. Utilitzem exclusivament sal iodada i oli d'oliva verge per amanir. Potenciem el consum de cereals integrals i oferim menús amb alt contingut en llegums i proteïna vegetal. La nostra gestió contempla la reducció del malbaratament alimentari i de residus.

Benvolgudes famílies,

Tenim la sort de viure en una cultura amb una àmplia tradició culinària on prima una dieta equilibrada. Els nostres plats conserven el nom gastronòmic corresponent perquè creiem que la gastronomia forma part de la nostra cultura.

Destaquem que tots els nostres plats són elaborats sobre les bases de la cuina tradicional catalana i mediterrània. Tenim el segell Marca **Cuina Catalana**.

Els nostres Caps de Cuina, cuiners i cuineres, fan processos d'aprenentatge a fi d'aconseguir traslladar a la cuina de col·lectivitats tota la cultura gastronòmica de la cuina tradicional. Realitzem tallers de cuina per treballar noves receptes i millorar-ne d'altres.

D'acord amb el nostre compromís amb l'RSC, un dels nostres eixos de treball és millorar la salut de les persones. Cada temporada revisem les nostres propostes de menús per introduir de manera progressiva, i d'acord amb l'escola, les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de la Generalitat (ASPCAT).



C!
CUINA CATALANA

MÉS



Fruites



Hortalisses



Llegums



Fruita seca



Activitat física i social

CANVIEU A



Aigua



Aliments integrals



Oli d'oliva



Aliments de temporada i proximitat

MENYS



Sal



Sucre



Carn vermella i processada



Aliments ultraprocessats