Abril

Escola Mogent

Fruites de temporada: taronja, maduixa, pera, poma i kiwi, albercocs, nespres i prunes.

Verdura de temporada: porro, api, bledes, col, espinacs, carxofes, xirivia, espàrrecs.

Al·lèrgens

S SOJA	P PEIX	W MOSTASSA	B GLUTEN	F FRUITS DE CLOSCA	O OUS	C CRUSTACIS
K CACAUETS	M MOL·LUSCS	A API	T TRAMUSSOS	L LACTIS	D DIÒXID DE SOFRE I SULFAT	G GRANS DE SÈSAM

Tastet mensual!
Pa d'all amb herbes provençals

Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
Setmana Santa				
Dilluns 10	**Dimarts 11. Dia de proteïna vegetal**	**Dimecres 12**	**Dijous 13**	**Divendres 14**
Setmana Santa	Arròs ECO amb sofregit de tomàquet Croquetes de verdures (B, L, C, O, P, S, A, M) amb niu d'enciams Fruita al seu suc	Sopa de fideus ECO (A, B) amb caldo vegetal Lluç al forn amb julivert (P) amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Llenties ECO estofades amb verdures ECO de temporada Truita de patata i ceba (O) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Mongeta verda amb patata (D) Hamburguesa de **vedella ecològica** amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada
Dilluns 17	**Dimarts 18**	**Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal**	**Dijous 20**	**Divendres 21. Sant Jordi!**
Trinxat de col i patata ECO (D) Llom encebat Iogurt ECO a granel (L)	Cigrons ECO amb sofregit de verdures Truita d'espinacs (O) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Arròs **integral** al curri amb verdures ECO de temporada Saletjat de llenties ECO amb porro i pastanaga Fruita ECO de temporada	Crema de pastanaga ECO (D) amb crostonets de pa (B, L, F, K, S, G) **Peix fresc segons mercat (P, M, C)** Fruita ECO de temporada	Macarrons ECO amb *salsa de roses* (B) sofregit de tomàquet i orenga *Fingers de drac* arrebossats (B, S, G, D, O) **(1)** amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada
Dilluns 24	**Dimarts 25. Dia de proteïna vegetal**	**Dimecres 26. Menú temàtic**	**Dijous 27**	**Divendres 28**
Arròs ECO a la cassola Bunyols de bacallà (B, O, P, S, L, F, K, A, W, D) amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada	Espirals **integrals** gratinats (B) amb alfàbrega, xampinyons i formatge ratllat (O, L) Cigrons ECO amb sofregit de verdures Fruita ECO de temporada	Crema de verdures ECO (D) *Pie* de carn i sofregit de verdures ECO (B, D, Iogurt ECO a granel (L)	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert Truita de pastanaga (O) amb enciam i olives (D) Fruita ECO de temporada	Tricolor de verdura amb patata (D) mongeta verda, pastanaga i patata **Pollastre de pagès rostit** amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada

(1) Tires de pollastre arrebossades
(2) Pastís de carn

Feliç Sant Jordi!

Revisat per Sònia Rosell Ferrer - **CAT001844**
Graduada en Nutrició Humana i Dietètica

valors

OCEANIA I L'ESS

Projecte de Migdia Som Valors

ÉS POSSIBLE UNA ALTRA ECONOMIA?

Existeixen alternatives a l'ànim de lucre

Actualment a Catatalunya està en fase d'ebullició un moviment social transversal que es qüestiona la manera en que s'organitza l'economia i els agents que hi interactuen. En contraposició a perseguir el lucre en l'activitat empresarial, una nova manera de fer busca solucionar des de l'emprenedoria problemes socials i ho fa des d'una visió redistributiva, de justícia, ecofeminista i solidària.

Noves pràctiques com els horts comunitaris, els grups de criança, els bancs del temps, les finances ètiques, l'economia feminista o tota l'activitat econòmica lligada a la immigració, es sumen als milers de cooperatives, enntitats sense ànim de lucre, grups de consum i desenes d'alternatives al model hegemònic que creuen que una altra manera d'organitzar-se és possible. Treballem aquest mes d'abril en consolidar un nou model econòmic i social? 😊

L'ECONOMIA SOCIAL I SOLIDÀRIA ÉS LA REALITZACIÓ CONCRETA DELS SOMNIS COL·LECTIUS

IVAN MIRÓ

TRANSFORMEM EL MODEL DES DE DINS

Els infants, sense condicionants socials enquistats, són els millors actors per repensar com consumim, ens organitzem i produïm i amb quin objectiu

ESS: Economia Social i Solidària

L'Economia Social i Solidària (ESS) no és més que una nova manera de fer economia, alternatiu al model capitalista competitiu i basat en el lucre, que treballa per la transformació social, la solidaritat i la democràcia. Enlloc de centrar-se en els beneficis, els agents econòmics tenen en compte altres aspectes més ètics, socials, vinculats a la sostenibilitat i a la cultura, participatius i amb impacte real sobre el benestar de les persones i el del Planeta.

Quan parlem d'agents participatius, ens referim a que les entitats de l'ESS combinen la rendibilitat econòmica -perquè no deixen de conviure en un entorn competitiu- amb la gestió democràtica d'empreses i entitats, on sovint els treballadors i treballadores són propietaris i on els beneficis es destinen al projecte, al benestar de socis i sòcies i finalitats d'impacte social i/o mediambiental.

Hi ha moltes iniciatives, com les que s'inclouen dins la Xarxa d'Economia Solidària (XES), amb gairebé 500 sòcies, que aposten per una nova forma de produir, distribuir i consumir, i són avui una alternativa viable i sostenible per donar resposta a les necessitats socials més diverses. Lluny de ser un fenomen limitat, l'ESS inclou projectes en àmbits tan diversos com l'arquitectura, la distribució d'aliments, la pagesia, consultoria, tot tipus de serveis a peu de carrer, confecció de roba i un llarg etc.

L'ESS ha fet brotar ja projectes tan disruptius com les cooperatives d'habitatge, les entitats de finances ètiques o projectes culturals i del sector de la restauració i el lleure. La finalitat, en tot cas és posar les persones al centre, racionalitzar el consum i convertir-lo en un acte conscient i fer que els beneficis de qualsevol activitat econòmica reverteixin en els qui la treballen, amb una visió solidària, democràtica i amb molta significació social. Tal com diu la XES al vídeo que us hem fet arribar, són projectes que "*venen d'un món es fa tot allò que ens deien que no es podria fer*".

PER ARRIBAR A UNA SOCIETAT SATISFACTÒRIA I JUSTA HEM D'IMPULSAR UN CANVI DE MODEL. EL BENESTAR GLOBAL NO ES POT ASSOLIR AMB EL SISTEMA ACTUAL

MIREN ETXEZARRETA