



ECOARRELS



institut escola
COSTA I LLOBERA



INSTAGRAM



MENÚ

Les últimes notícies del nostre menjador escolar ecosostenible

FELIÇ SANT JORDI'24

Sant Jordi és una celebració única a Catalunya, on **les ciutats es transformen en un mar de llibres i roses**. És un dia per regalar i rebre llibres, per demostrar amor amb roses i per disfrutar de la cultura i la literatura.

Les parades de llibres a les places principals, les activitats culturals a les llibreries i biblioteques, les signatures d'autors i els concerts fan que Sant Jordi **sigui una festa inoblidable**.

Que aquest Sant Jordi us hagi omplert de felicitat, amor i inspiració per seguir llegint i descobrint nous mons a través de la lectura.

Esperem que hàgiu gaudit d'aquesta festa tan especial dedicada als llibres, les roses i la cultura catalana. **Feliç Sant Jordi a tots!**



FRITTATA DE CARBASSA



Inaugurem el mes d'abril amb una recepta boníssima que conté un aliment molt nutritiu: l'ou! **La qualitat de les seves proteïnes, el seu perfil lipídic i la quantitat de vitamines i minerals** que conté el converteixen en un aliment amb grans propietats nutricionals, i si el combinem amb altres verdures i ingredients, obtenim un plat complet i deliciós. Cliqueu [aquí](#) per veure la recepta completa i animeu-vos a fer-la a casa!

PRODUCTE DESTACAT: LES MADUIXES



No podíem escollir un altre aliment que no fossin les que he servit aquest mes als menjadors: Les maduixes, i en el nostre cas, de **Sant Cebrià de Vallalta!** Són unes fruites de temporada de primavera (ecològiques i de proximitat) amb un sabor deliciós i múltiples propietats, especialment l'efecte antioxidant del cos i protector del sistema circulatori.