



# L'AVET

L'INFORMATIU



octubre de 2023



Dibuix de la Paula Ribera Torres de 5è

## Dinem en família

En moltes societats i des d'antic, el moment de l'àpat al voltant d'una taula esdevé el nucli de relacions familiars, d'amistat i convivència.

A la nostra escola, l'estona del migdia és alhora un servei complementari a l'educació i un espai d'aprenentatge i participació.

Els infants de diferents cursos seuen junts a taula amb una mestra, que passa a ser referent model, i facilita que l'àpat sigui el més semblant possible a un dinar en família; es comparteixen converses en un ambient agradable, de confiança i respecte.



MENÚ DEL RESTAURANT – Octubre 2023

| dilluns   | dimarts  | dimecres  | dijous   | divendres  |
|---|--|---|--|--|
| 2<br>Mongeta verda i patata<br>Fricandó de porc amb<br>Verdures<br>Pa i <b>fruita ecològica</b><br>ECO  | 3<br>Espaquetis integrals amb<br>Verdures<br>Bacallà al oli de pebre<br>vermell <b>Encliam ecològic</b> i<br>olives<br>Pa i <b>fruita ecològica</b><br>ECO | 4<br>Arròs amb verdures<br>Truita de patates<br><b>Encliam ecològic</b> i blat de<br>moro<br>Pa i fruita<br>ECO   | 5<br>Crema de carbassó<br>Pollastre al forn<br>Patates xip<br>Pa i llaçti artesà   | 6<br>Cigrions amb patates i<br>Verdures<br>Hamburguesa de vedella de<br>Can Marbres al forn<br><b>Encliam ecològic</b> i<br>tomàquet<br>Pa i fruita<br>ECO |
| 9<br>Arròs a la napolitana<br>Llom de porc a l'ailet<br>Encliam i pastanaga<br>Pa i llaçti artesà   | 10<br>Mongeta seca estofada amb<br>Verdures<br>Truita de carbassó<br><b>Encliam ecològic</b> i blat de<br>moro<br>Pa i fruita<br>ECO                       | 11<br>Brou d'au amb pasta<br>Gall dindi amb verdures i<br>patates<br>Pa i <b>fruita ecològica</b><br>ECO          | FESTIU   |  |
| 15<br><b>Macarrons ecològics</b> amb<br>salsa de tomàquet<br>Truita francesa<br>Encliam blat de moro<br>Pa i llaçti artesà<br>ECO                                 | 17<br>Patates estofades amb<br>Verdures<br>Pollastre al forn amb<br>espècies<br><b>Encliam ecològic</b> i olives<br>Pa i fruita<br>ECO                     | 18<br>Cigrions amb verdures<br>(ceba, tomàquet, pastanaga)<br>Lluç al forn<br>Pa i <b>fruita ecològica</b><br>ECO | 19<br>Arròs a l'hortolana<br>(ceba, pebrot, carbassó)<br>Estofat de gall d'indi amb<br>Verdures<br><b>Encliam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa i fruita<br>ECO | 20<br>Coli amb patates<br>Botifarra de porc al forn<br>Pa i <b>fruita ecològica</b><br>ECO   |
| 23<br>Llentilles guisades amb<br>Verdures<br>(carbassó, pastanaga, ceba)<br>Truita de verdures<br><b>Encliam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa i llaçti artesà<br>ECO | 24<br>Brou d'au amb pasta<br>Pollastre a l'ast<br><b>Encliam ecològic</b> i olives<br>Pa i <b>fruita ecològica</b><br>ECO                                  | 25<br>Coïllor amb patates<br>Mandonquilles de vedella eco<br>de Can Marbres a la jardineria<br>Pa i fruita        | 26<br>Arròs amb salsa de tomàquet<br>Peix fresc de llotja<br><b>Encliam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa i fruita<br>ECO                                       | 27<br>Bledes amb patates<br>Cigrions estofats amb verdures<br>Pa i <b>fruita ecològica</b><br>ECO  |
| 30<br>Mongeta seca estofada amb<br>Verdures<br>(tomàquet, pastanaga, ceba)<br>Truita de carbassó<br><b>Encliam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa i fruita<br>ECO  | 31<br>LA CASTANYADA!<br>Crema de carbassa<br>Pizza margarita<br>Pa i castanyes imoniatos   |   |  |  |

La pedagogia de l'alimentació també té com a finalitat educar per una alimentació saludable amb productes de proximitat, integrals i ecològics i ensenyar a gestionar la quantitat de menjar que necessita cadascú, experimentar amb els gustos i aprendre a menjar correctament i una mica de tot.

Aquest setembre el Jordi s'ha acomiadat de la cuina de L'Avet com a cuiner professional, educador i company. Donem la benvinguda a la Mel Brumós que ben aviat se la farà seva.

Perquè pugueu viure l'ambient del menjador, quan algun grup sigui fora d'excursió, els familiars dels altres grups que es queden a l'escola esteu convidats a dinar amb nosaltres i compartir l'àpat amb els vostres fills/es i la resta d'infants i mestres.

### Us hi esperem!

*\*Les places seran limitades i només podrà ser una vegada per família durant el curs.*

## Feu-nos arribar dibuixos per a la portada de L'Informatiu

*(Els podeu donar a l'Olga)*



### Vetllada a L'Avet de Cicle Superior

Ja estem preparant la Vetllada a L'Avet de Cicle Superior. Serà el **divendres 20 d'octubre**. Aviat us n'informarem.



C/ Cardaire, 23  
08221 Terrassa (Barcelona)

Escola concertada per la  
Generalitat de Catalunya

T 93 783 55 11  
M 646 547 161  
info@escolalavet.net  
www.escolalavet.net

@escolalavet

**LAVET**  
APRENENT A SER FELIÇOS

Escola bressol - Educació infantil - Primària



### Racó per pensar

Sabreu respondre a aquest jeroglífic?

Aneu en compte a l'excursió!

9999999 X 10

Podeu deixar un paperet amb la resposta a la bústia del passadís. Cada mes sortirà fotografiada a l'informatiu la persona encertant.



### Assemblea de l'AFA

#### ASSEMBLEA de l'AFA

Dilluns 30 d'octubre a les 19h

Aquesta assemblea tindrà un format híbrid, com el curs anterior, per facilitar la participació. Serà presencial i també s'hi podrà participar telemàticament.



### Sortides i activitats del mes d'octubre

|         |             |   |
|---------|-------------|---|
| 14 i 15 | dimarts 31  | Sortida de tardor al Parc St. Jordi de Terrassa (matí). |
| 11 - 4t | dimarts 31  | Festa de la Maria Castanya (a l'escola).                |
| 3r      | divendres 6 | Zoo de Barcelona.                                       |
| 4t      | divendres 6 | Cosmoaixa. Barcelona.                                   |
| 5è      | divendres 6 | Colònia Güell. Santa Coloma de Cervelló.                |
| 6è      | divendres 6 | Agrupació Astronòmica. Sabadell.                        |
| 5è i 6è | dimarts 31  | Granja Aventura Park. Viladecavalls.                    |



Seguiu-nos a Instagram **@lavetfamilies**, és el millor àlbum de fotos de l'escola!