

UNEIX-TE AL NOSTRE REPTE!

EL MENJAR NO ES TIRA



Desaprofitament alimentari



Siguem sostenibles!



Posa't en moviment!



Des del nostre compromís amb l'educació en el dia a dia dels nostres menjadors escolars, Serunion vol fer un pas en el seu compromís social i per això posa en marxa el projecte "El menjar no es tira".

Amb aquest projecte volem donar a conèixer la problemàtica ambiental que suposa el **desaprofitament de menjar i residus** i analitzar les principals **causes del desaprofitament alimentari**, tant en el dia a dia com al **menjador escolar**, i les seues conseqüències, per tal de prevenir i reduir aquest, a través d'accions sostenibles que impliquen tant a la comunitat educativa com als xiquets i xiquetes del menjador, fins i tot estendre l'acció a la vida diària.

A ESPANYA

77% DE MENJAR I MALGASTA CADA ANY MILIONS DE TONES

40% DE TOT EL MENJAR QUE ES TIRA AL FEM, PROVÉ DEL CONSUM EN LA LLAR

76 DE MENJAR TIRA A L'ANY AL FEM CADA LLAR QUILOGRAMS



Ens mou la il·lusió d'alimentar i educar a milers de nens i nenes en hàbits d'alimentació saludable.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS



SEGONS PLATS



POSTRES



SERVEI D'ATENCIÓ NUTRICIONAL PER A FAMÍLIES

damosrespuesta@damosrespuesta.com

Entitats col·laboradores:



<p>LUNES / DILLUNS 07 613,5Kcal - Prot:26,0g - Lip:23,6g - HC:70,5g Ensalada de lechuga, tomate y huevo duro Amanida d'encisam, tomaca y ou dur Arroz al horno con garbanzos ECO Arròs al forn amb cigrons ECO Panaché de quesos Companatge de formatges Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 01 602,5Kcal - Prot:26,4g - Lip:24,7g - HC:65,5g Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Amanidat d'encisam, tomaca i olives Crema de boniato Crema de moniato Muslito de pollo al ast Cuixeta de pollastre a l'ast Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan integral-Pa integral </p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 02 624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g Tomate natural con aceite de oliva y orégano Tomaca natural amb oil d'oliva i orenca Paella marinera Paella marinera Nachos con hummus casero Natxos amb hummus cassolà Lácteo-Lacti Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>JUEVES / DIJOURS 03 636,0Kcal - Prot:17,7g - Lip:32,2g - HC:64,9g Ensalada de tomate, cebolla y zanahoria Amanida de tomaca, ceba i carlota Sopa jardineria Sopa jardineria Boquerones en tempura Aladros en tempura Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 04 614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g Ensalada de lechuga y zanahoria Amanida d'encisam i carlota Lentejas estofadas con napicol Llentilles estofades amb napicol Tortilla francesa con champiñones saltados Trita francesa amb xampinyons saltats Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 14 602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada de lechuga y remolacha Amanida d'encisam i remolatxa Coditos a la napolitana Colçets a la napolitana Gallo San Pedro al limón Gall Sant Pere a la llima Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 08 602,7Kcal - Prot:29,8g - Lip:18,9g - HC:71,1g Ensalada de lechuga y remolacha Amanida d'encisam i remolatxa Alubias estofadas Fesols estofats Lomo adobado Llom adobat Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan integral-Pa integral </p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 09 677,5Kcal - Prot:22,6g - Lip:24,7g - HC:87,4g Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria Amanida d'encisam, olives i carlota Fideuá Entremeses calientes Entremesos calents Lácteo-Lacti Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>JUEVES / DIJOURS 10 601,0Kcal - Prot:32,2g - Lip:21,5g - HC:65,7g Ensalada de col lombarda, tomate y pepino Amanida de col llombarda, tomaca i cogombre Guiso de pavo con guisantes Guisat de titot amb pèsols Abadejo crujiente casero Abadejo cruixent cassolà Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 11 607,4Kcal - Prot:25,5g - Lip:22,3g - HC:73,6g Ensalada de tomate, cebolla y maíz Amanida de tomaca, ceba i dacsca Sopa de verduras de temporada con fideos Sopa de verdures de temporada amb fideus Tortilla de patata Trita de creïlla Macedonia casera-Macedònia cassolà Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 21 602,9Kcal - Prot:22,9g - Lip:22,3g - HC:75,0g Ensalada de lechuga y remolacha Amanida d'encisam i remolatxa Coditos a la napolitana Colçets a la napolitana Gallo San Pedro al limón Gall Sant Pere a la llima Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 15 642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Ensalada de lechuga, tomate y maíz Amanida d'encisam, tomaca i dacsca Lentejas ECO con costillas Lentejas ECO amb costelletes Coca de verduras de temporada Coca de verduras de temporada Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 16 642,0Kcal - Prot:27,9g - Lip:13,6g - HC:95,5g Amanida de taronja (lechuga, naranja y queso fresco) Paella valenciana Dolçaina de pernil dolç i formatge (flamenquines) Mascletà de xocolatà (Helado con petazetas) Pan integral </p>	<p>FESTIVO FESTIU</p>	<p>FESTIVO FESTIU</p>
<p>LUNES / DILLUNS 28 621,3Kcal - Prot:28,9g - Lip:24,5g - HC:69,0g Ensalada de lechuga y maíz Amanida d'encisam i dacsca Canelones gratinados Canelons gratinats Merluza rebozada Lluç arrebossat Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 22 627,4Kcal - Prot:26,9g - Lip:27,1g - HC:62,1g Ensalada de lechuga, maíz y queso fresco Amanida d'encisam, tomaca i formatge fresc Garbanzos ECO estofados con acelgas frescas Cigrons ECO estofats con bledes fresques LA CUIDA NO SE TIRA Pollo con mostaza y miel Pollastre amb mostassa i mel Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan integral-Pa integral</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 23 602,8Kcal - Prot:26,5g - Lip:19,1g - HC:55,6g Ensalada de tomate, cebolla y orégano Amanida de tomaca, ceba i orenca Sopa de puchero con garbanzos ECO Sopa d'olla amb cigrons ECO Hamburguesa completa con patatas Hamburguesa completa amb creïlles Lácteo-Lacti Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>JUEVES / DIJOURS 24 609,4Kcal - Prot:14,8g - Lip:17,6g - HC:94,9g Ensalada de lechuga, aceitunas, zanahoria Amanida d'encisam, olives, carlota ARRÓS ROSSEJAT Entremeses Entremesos Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 25 602,9Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,0g - HC:62,9g Queso fresco y tomate con orégano y aceite de oliva Formatge fresc i tomaca amb orenca i oil d'oliva Lentejas ECO con verduras de temporada Llentilles ECO amb verduras de temporada Calamares a la andaluz caseros Calamars a l'andalusa cassolans Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>
<p>LUNES / DILLUNS 28 621,3Kcal - Prot:28,9g - Lip:24,5g - HC:69,0g Ensalada de lechuga y maíz Amanida d'encisam i dacsca Canelones gratinados Canelons gratinats Merluza rebozada Lluç arrebossat Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>MARTES / DIMARTS 29 629,9Kcal - Prot:26,5g - Lip:21,4g - HC:76,9g Ensalada de col lombarda, tomate y pepino Amanida de col llombarda, tomaca i cogombre Estofado de alubias con judías verdes frescas Estofat de fesols amb bajoqueta fresca LA CUIDA NO SE TIRA Tortilla de patatas Trita de creïlles Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan integral-Pa integral</p>	<p>MIÉRCOLES / DIMECRES 30 625,9Kcal - Prot:24,0g - Lip:30,6g - HC:60,9g Ensalada de tomate, cebolla y maíz Amanida de tomaca, ceba i dacsca Sopa jardineria Sopa jardineria Carrillera en salsa con patatas Galtada en salsa amb creïlles Batido casero (macedonia de temporada con leche) Batutcassolà (macedònia de temporada amb llet) Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>JUEVES / DIJOURS 31 664,6Kcal - Prot:23,5g - Lip:31,5g - HC:69,2g Ensalada de lechuga, aceitunas, zanahoria Amanida d'encisam, olives, carlota Arroz a la cubana con huevo duro Arròs a la cubana con ou dur Longanizas con verduras de temporada Llonganisses amb verdures de temporada Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>	<p>VIERNES / DIVENDRES 25 602,9Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,0g - HC:62,9g Queso fresco y tomate con orégano y aceite de oliva Formatge fresc i tomaca amb orenca i oil d'oliva Lentejas ECO con verduras de temporada Llentilles ECO amb verduras de temporada Calamares a la andaluz caseros Calamars a l'andalusa cassolans Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc</p>

