



escolagavina

Pares, mares, xiquets, xiquetes... mestres:

En aquest país on generalment visc hi ha una certa cuina familiar que, per cert, s'està en aquests dies acabant d'una manera segura i inevitable. Aquesta cuina era bona –o, almenys, la trobàvem bona els naturals del país. Ara es menja bé en algunes cases particulars –molt poques. Abans menjava bé tothom, pobres i rics. Ara, la cuina, cada vegada més rara, és tancada en les quatre parets d'una casa particular. Abans es feien colles d'amics, obsessionades per la culinària, que, amb qualsevol pretext, feien àpats a l'aire lliure. Quan jo en sentia parlar, de jove, em semblaven pantagruèlics però s'ha d'agafar la paraula en el sentit hiperbòlic que la gent utilitza constantment. Potser no eren pantagruèlics: eren simplement excel·lents. Ja n'hi ha prou, per anar tirant. Nosaltres tenim una cuina modesta, petita, si voleu precària i monòtona, plena de defectes i de qualitats, però que en definitiva ha alimentat un país. Podrà agradar més o menys, estar més o menys considerada. Què hi farem? Però, en definitiva, és l'única que tenim. No en tenim d'altra. Desviar-se, en aquest punt, de la realitat no és pas al meu abast.

JOSEP PLA, "El que hem menjat"



ABRIL 2019

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1 Arròs caldós de verdures Rostiit de verdures Entrepà de formatge	2 Sopa d'olla de verdures Olla de verdures Rosquilletes de pipes i poma	3 Amanida amb pipes Paella de verdures Coca de formatge i verdures	4 Crema de carabassa Seitan amb verdures Pa amb oli i sal	5 Tortel·lini amb tomata i formatge Truita de carabasseta Entrepà de xocolata
8 Arròs amb ou Salsitofu amb tomata Rosquilletes de pipes i poma	9 Lentilles amb carlota i nap Guisat de verdures Entrepà de formatge fresc i tomata	10 Sopa de verdures Truita de formatge Magdalenes	11 Amanida amb quicos Arròs de vedures Pa amb oli i sal	12 Macarrons amb tomata i alfàbega Tempura de verdures Coca de bolets i formatge
15 Sopa de verdures Coca de verdures i formatge Pa amb oli i sal	16 Potatge de cigrons amb nap, xirivia i carlota Albergina i tomata al forn Entrepà de formatge	17 Amanida de pipes Arròs de bolets Entrepà de formatge tomata i olives		
22	23	24	25	26
29 berenar	30 Crema de porro i creïlles Ou amb samfaina Coca de llanda amb nous			

MAIG 2019

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
				
6 Crema de carabasseta Ars de ceba amb ensalada de carlota Rosquilletes amb pipes i poma	7 Coques de dacs i de blat amb guacamole i hummus Arròs de verdures al forn Entrepà de formatge	8 Amanida de formatge fresc, tomata i pipes Fideuà de verdures Magdalenes	2 Espaguetis al pesto Ou amb samfaina Entrepà de formatge	3 Cigrons amb nap i napicol Estofat de verdures amb cuscús Coca de verdures
13 Canelons d'espínacs gratinats Truita de formatge Pa amb oli i sal	14 Llenties amb carabassa i carlota Tomata gratinada al forn Entrepà de formatge	15 Macarrons amb tomata i alfàbega Verdures i creïlles de pobre al forn Rosquilletes amb cacaus i fruita	9 Llenties amb carlota, nap i xirivia Albergina al forn gratinada Pa amb oli i sal	10 Bullit valencià Ou fregit i creïlles Coca de formatge
20 Tallarines amb tomata i alfàbega Tempura de verdures Rosquilletes amb fruita	21 Arròs amb ou Salsitofu i tomaca Entrepà de formatge	22 Crema de porro i creïlla amb torrats Estofat de verdures amb cuscús Coca de verdures	16 Sopa de verdures Hamburguesa completa vegetal Entrepà de tomata i ou	17 Amanida completa amb quicos Arròs melós de verdures Coca de verdures
27 Crema de carabassa Ars de ceba Pa amb oli i sal	23 Llenties estofades de nap i xirivia Truita amb amanida Pa amb oli i sal	29 Guisat de cigrons amb carlota, nap i xirivia Hamburguesa vegetariana Rosquilletes amb fruita	24 Formatge fresc amb tomata i nous Paella de verdures Entrepà de xocolata	31 Rotllet de formatge i tomata Arròs amb verdures Entrepà de formatge
berenar				

El iogurt és sense ensucrar ■ Tots els dies hi haurà amanida ■ La pasta és integral i ecològica

JUNY 2019

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
				
3 Crema de carabasseta Hamburguesa completa vegetariana Entrepà de tomata i ou	4 Sopa de verdures amb estrelletes Tomata gratinada amb formatge al forn Entrepà de formatge	5 Macarrons amb tomata i alfàbega Truita de creïlles Galetes	6 Amanida completa Arròs melós de verdures Pa amb oli i sal	7 Guisat de verdures de temporada Albergina i carabasseta arrebossades amb creïlles i tomata al forn Entrepà de xocolata
10 Crema de carabassa Ou fregit amb ceba i creïlla Rosquilletes amb pipes i poma	11 Potatge de cigrons amb xirivia i carlota Ars de ceba Magdalenes	12 Arròs amb ou Salsitofu i tomaca Pa amb oli i sal	13 Macarrons amb tomata i alfàbega Seitan amb salsa Entrepà de formatge	14 Fesols amb nap i creïlles Coca amb formatge i carabasseta Galetes
17 Sopa de verdures Ou bullit amb pepitòria Fartons	18 Llenties amb carlota i nap Verdures al forn Entrepà de formatge	19 Espaguetis amb tomata Truita de carabasseta i creïlles Entrepà de tomata en olives	20 Amanida completa i pipes Paella de verdures Pa amb oli i sal	
				
24	25	26	27	28



berenar

El iogurt és sense ensucrar ■ Tots els dies hi haurà amanida ■ La pasta és integral i ecològica