

# ELS ÀPATS I LA CUINA

MOMENTS DE GAUDI I  
APRENTAGES



E S C O L A B R E S S O L  
M U N I C I P A L  
E L S B E L L U G U E T S



Benvolgudes famílies,  
sou coneixedores de la importància que donem a l'espai i els moments dels àpats dins de la nostra escola bressol.

I ens agrada entendre els àpats com un global de diversos aspectes:

- Gaudir dels àpats en un **ambient de tranquil·litat i calidesa**.
- Fomentar uns **bons hàbits alimentaris**, on la base sigui la varietat d'aliments sumat a la nostra cultura culinària.
- Procurar una **cuina sense olis ni greixos addicionals**, on el cuinat al forn de vapor i la planxa siguin la base.
- Emfatitzar els **hàbits d'higiene** que acompanyen als àpats: rentar mans abans de menjar, seure de forma correcta mentre mengem, aprendre a menjar poc a poc, esforçar-nos a tastar tots els aliments que se'ns ofereixen, rentar mans i cara després de menjar,...
- Passar una **bona estona tots junts** abans (mirar el menú del dia, parlar que qui es queda a dinar o berenar i qui marxa a casa,...), durant (gaudint de l'àpat) i després (neteja, descans,...) dels àpats.
- Potenciar **hàbits saludables**, com la ingesta de fruita al Taller de fruita, postres i berenars. I la **descoberta del màxim d'aliments, amb diferents sabors i textures** (tant important en aquest moment evolutiu) per construir un paladar obert i variat.
- Aprofitar el luxe de tenir **cuina pròpia i cuinera** a l'escola bressol, fet que ens permet adaptar al màxim les necessitats dels infants dia a dia.

Creiem important explicar-vos d'on provenen els productes que mengem a l'escola, i per tant, us volem fer un resum del seu origen.

Prevalen els productes de proximitat i qualitat - alhora el màxim ecològics o de km 0 i integrals- que ens garanteixen aliments saludables i que han estat sotmesos a sistemes de control durant el seu procés de producció i elaboració, seguint la normativa de la UE i CCPAE.

Abans de presentar-vos els nostres proveïdors i els productes que utilitzem us volem presentar a la nostra cuinera, l'Anita.



## La verdura i la fruita : Badia (Sant Joan les Fonts)

### “Fruita i verdura provinent de collita pròpia.

Empresa familiar centenària fundada a la Garrotxa actualment situada al polígon de Sant Joan les Fonts. Especialitzada en fruita i verdura de qualitat Km0, proximitat, origen, eco...

Donem servei a : botigues, supermercats, bars, restaurants, hospitals, geriàtrics, escoles, empreses de càtering, turisme rural, cases de colònies,....”

A l'escola bressol gaudim moltíssim de les fruites i verdures de temporada, amb un tant per cert bastant elevat de producte ecològic.



## **La carn, el formatge i l'embotit: Carns Frigolé-Bosch, S.L. (Porqueres)**

**“La nostra empresa es va fundar l'any 1978 quan els nostres pares Josep Frigolé i Carme Bosch van iniciar l'empresa familiar.**

**Des dels inicis l'objectiu va ser garantir la millor carn de porcí a les carnisseries i a la restauració, distribuïnt a tota la província de Girona.**

Amb els anys la nostra empresa s'ha anat especialitzant i ampliant la nostra gamma de productes amb la vedella, aviram, embotits, productes ecològics i productes quinta gamma (com croquetes d'autor i canelons artesans) i productes elaborats.

A dia d'avui també ens hem convertit en sala d'especejament i fem els nostres propis productes, tot posant la nostra millor experiència i en especial atenció en fer tots els nostres elaborats sense al.lèrgens.

Els nostres propòsits són els mateixos que en l'inici de l'empresa, garantir un bon servei i la major qualitat possible.

Tanmateix, hem apostat per donar assessorament als nostres clients, tant ajudant a fer menús per escoles, com suggerències als restauradors i aportant nous productes càrnics als nostres clients.

Així doncs, volem ser més que una empresa càrnica, volem que el client trobi en nosaltres l'assessorament que necessita.”



## La llet i el iogurt: Granja La Selvatana (Campllong)

**“Som una granja ecològica compromesa amb el medi ambient i la sostenibilitat.**

Som un negoci familiar iniciat per l’avi Andreu el 1970. Ens dediquem a la cria i cura de les vaques i amb la seva llet elaborem els nostres productes. La nostra filosofia de sostenibilitat i compromís amb l’ecologia és patent en el nostre dia a dia, des de la forma com cuidem i alimentem el nostre bestiar fins a com distribuïm els nostres productes. Gràcies a això obtenim la millor qualitat. La nostra història es remunta 3 generacions i hem recorregut un llarg camí per aconseguir fer realitat un somni.

Productes làctics ecològics

- Apostem per la producció ecològica com un tret més de qualitat dels nostres làctics.
- Absència absoluta de residus químics com herbicides i pesticides, així com d'edulcorants, aromatitzants, conservants, espessants i additius.

**El Biogust és natural, lleuger, cremós i poc àcid.**

És com un iogurt, però a més dels ferments propis d’aquest, també porta probiòtics (com el bífidus i l’acidofilus). Els probiòtics són bacteris molt beneficiosos per regular la flora intestinal, i també ajuden al nostre sistema immunitari. Aquests bacteris fermenten a una temperatura més baixa de manera que s’aconsegueix major cremositat i menys acidesa, alhora que es conserva millor l’aroma i el gust natural de la llet.

No fem servir llet en pols ni cap espessant ni aromatitzant: només llet fresca de les nostres vaques i molt d'amor!

**Llet pasteuritzada a baixa temperatura** 🥛

La llet és la matèria primera de tots els nostres elaborats, i és essencial que sigui de màxima qualitat. És suau i refrescant, i com que les vaques pasturen, la seva alimentació dona a la llet un toc dolç que la fa única.

Fem una pasteurització a baixa temperatura i molt ràpida per tal de mantenir la qualitat i preservar totes les seves propietats. És el més similar a la llet crua però biològicament segura. La llet passa de 4°C a 75°C i un altre cop a 4°C en només 4 segons, i el fet de no arribar als 80°C fa que el calci sigui més estable i que els greixos bons, els omega, no es converteixin en polisaturats.”



## Congelats: Ferrer (Vic)

**“Els nostres orígens ens han traslladat la passió pels productes del mar, i amb el decurs dels anys ens hem professionalitzat per conèixer a fons orígens, qualitats i denominacions.**

La passió i perseverança dels avantpassats de la família, així com dels seus successors, han permès evolucionar el negoci des de la parada de peix a la plaça de vic (anys 20), a un magatzem de congelat pioner (anys 50-60), la progressiva obertura de diverses delegacions (anys 70-90) i fins a l'actual empresa que som actualment, amb gran potència d'importació i exportació arreu del món.

Frigorífics ferrer és a dia d'avui empresa referent en distribució de peix fresc i alimentació congelada. De tradició familiar i amb orígens l'any 1924, l'empresa compta amb una consolidada experiència de gairebé un segle; un historial que ens avala i ens encoratja a seguir treballant per liderar el sector.

Comprem a diari a desenes de zones pesqueres i llotges d'arreu per tal d'entregar als nostres clients un producte fresc, de la millor qualitat i al millor preu. També en congelat, adquirim matèria primera directament a origen, des de les zones més properes a les més remotes del planeta per tal d'oferir un gran ventall de productes i procedències.”

A Belluguets gaudim de vàries varietats de peix: salmó, bacallà, lluç...



## Pasta i llegums: Comercial Mestres, S.A. (Llagostera)

"B-Grup som **distribuïdors d'alimentació a escala nacional de referència**. Posem a la seva disposició una ampla gama de productes, des d'ingredients bàsics como cereals, espècies, pasta i conserves, fins a caldos, pernils i embotits o aliments de 4a i 5a gamma a punt per escalfar i consumir.

Som **distribuïdors d'alimentació** especialistes en el **sector de la restauració i l'hoteleria**. Cobrim les necessitats de qualsevol professional oferint un catàleg complet i variat de productes.

### **Proveïdors de cereals, pastes alimentàries i llegums.**

Distribuïm i comercialitzem tot tipus de **cereals i pastes alimentàries al per major incloent tot tipus de llegums i arròs.**"

Las pastes:

"Poden tenir ben clar que, com a distribuïdors majoristes, podem oferir tota la varietat de productes i formats que vosté necessiti.

D'altra banda, volem posar en valor que també podem proporcionar-los farina, pastes i pans ratllats **sense gluten**, com la farina de blat de moro(.....), elaborats per a totes aquelles persones que pateixin aquesta intolerància.

Finalment, volem comentar que trobarà una categoria anomenada "pasta especial", on podrà comprar tota classe de pastes elaborades amb ingredients especials: **integral**, amb verdures, biològica, tricolor o ecològica."

Les llegums:

"Pel que fa a les llegums, les tenim tant cuites com en gra. Estem completament segurs que dins del nostre catàleg trobarà el que està buscant(....)"

Si parlem de llegums en gra, treballem amb proveïdors tant coneguts com Penelas, Rosgui o Don Pedro."



## L'Ou de l'Estany (Serinyà)

**L'Ou de l'Estany porta des de 1987 distribuint ous frescos cada dia per tot Catalunya.**

**Cada dia ens encarreguem d'anar a buscar els ous a les diferents granges amb les quals treballem perquè arribin tant a la petita botiga del vostre poble fins a les grans superfícies.**

Des de Serinyà, enmig de les comarques del Pla de l'Estany i de la Garrotxa, fem milers de quilòmetres cada dia per recollir els ous frescos de les nostres granges.

I no només ous, L'Ou de l'Estany va ser l'empresa pionera a comercialitzar ovoproductes a casa nostra. Elaborem tota mena de productes per facilitar el dia a dia dels nostres clients.

### **Vessant social**

L'empresa sempre hem volgut tenir en compte a les persones que tenen més dificultats en el seu dia a dia, per això l'any 2010 vam començar una col·laboració amb la Fundació Mas Casadevall. Una desena de persones usuàries són les encarregades de tenir cura d'un centenar de gallines que ponen ous de la modalitat camperola. Aquests ous es poden trobar a les diferents botigues i supermercats amb els quals treballem i són fàcilment identificables.

A més de la col·laboració amb la Fundació Mas Casadevall també ho fem amb Càritas Girona, entitat que, entre altres tasques, gestiona Centre d'Aliments a diferents punts de la província de Girona.

### **Benestar animal**

L'Ou de l'Estany treballa amb diferents granges repartides per tot Catalunya, i en totes elles ens assegurem que les gallines gaudeixen d'unes condicions de vida òptimes, tant pel que fa a les instal·lacions, com a l'alimentació.

Tot plegat es tradueix en uns ous de màxima qualitat, els que subministra l'Ou de l'Estany.

**Vida. L'Ou de l'Estany és natura, equilibri i identitat en un producte fresc que dia rere dia renova la confiança dels clients. Un servei seriós i acurat que et du el millor a taula.**



## El pa: Cal Felquer (Cornellà del Terri)

**"Cal Flequer: el gust de la tradició**

**Benvinguts a Cal Flequer, un obrador amb una llarga història de tradició i dedicació a l'elaboració artesanal de productes de panaderia, bolleria i pastisseria. Des de 1896, ens hem compromès a oferir als nostres clients la millor qualitat i sabor en cada producte.**

PA DE PAGÈS, BARRA, PECES INDIVIDUALS INTEGRALS, SENSE SAL, ESPECIALS, ...

Descobreix la nostra exquisida selecció de pa artesà, des del clàssic Pa de Pagès fins a les nostres peces individuals integrals. Amb opcions com la Barra tradicional, peces individuals sense sal i pa especials, cada mossegada et transportarà a la tradició i el sabor autèntic."

A l'escola bressol gaudim del pa de pagès i les barres de pa de neu, que anem combinant per a l'hora de berenar.

