

## El respecte

Els protagonistes del llibre, *Al voltant de la Lluna*, ens faran realitzar molts **jocs de relaxació** que ens aportaran benestar. Jugant amb les pilotes, aprendrem **la importància de la gravetat**, i ens imaginarem com es jugaria a la Lluna sense ella. I així acabarà el nostre viatge espacial amb una **gran festa de la Mona**, amb la dolça tradició de la xocolata i moltes **activitats per treballar el respecte als companys**, afavorint l'escolta activa i l'empatia.



### dilluns

### dimarts

### dimecres

### dijous

### divendres



**5** Kcal:603 HC:75 Lip:18 Prot:34

Espaguetis napolitana  
Bacallà al forn  
amb verduretes  
Fruita del temps

**6** Kcal:587 HC:67 Lip:21 Prot:33

Purè de verdures  
Fricandó de vedella  
amb bolets  
Fruita del temps

**7** Kcal:731 HC:72 Lip:35 Prot:32

Mongetes seques estofades  
Trita de carbassó  
amb amanida  
Fruita del temps

**1** Kcal:725 HC:91 Lip:28 Prot:28

Arròs de muntanya  
Calamars a l'andalusa  
casolans amb amanida  
Fruita del temps

**2** Kcal:668 HC:77 Lip:28 Prot:27

Cigrons amb col i pastanaga  
Trita de patata i ceba  
amb amanida  
Fruita del temps

**5** Kcal:603 HC:75 Lip:18 Prot:34

Espaguetis napolitana  
Bacallà al forn  
amb verduretes  
Fruita del temps

**6** Kcal:587 HC:67 Lip:21 Prot:33

Purè de verdures  
Fricandó de vedella  
amb bolets  
Fruita del temps

**7** Kcal:731 HC:72 Lip:35 Prot:32

Mongetes seques estofades  
Trita de carbassó  
amb amanida  
Fruita del temps

**8** Kcal:608 HC:66 Lip:27 Prot:25

Sopa de brou i pistons  
Rodo de gall d'indi amb  
patates fregides i amanida  
Fruita del temps

**9** Kcal:690 HC:81 Lip:30 Prot:24

Arròs de verdures i quinoa  
Croquetes de lluç i gambes  
amb amanida  
logurt artesà

**12** Kcal:609 HC:70 Lip:23 Prot:29

Mongeta tendra i patata  
Tiretes de pollastre  
arrebossades casolanes  
amb amanida  
Fruita del temps

**13** Kcal:612 HC:56 Lip:33 Prot:22

Escudella barrejada  
(cigrons, galets, col)  
Salsitxes  
amb samfaina  
Fruita del temps

**14** Kcal:673 HC:85 Lip:24 Prot:30

Arròs a la marinera  
Trita de pernil  
amb amanida  
Fruita del temps

**15** Kcal:649 HC:78 Lip:21 Prot:35

Macarrons bolonyesa  
Mussola a la planxa  
amb amanida  
Fruita del temps

**16** Kcal:585 HC:57 Lip:26 Prot:30

Amanida de poma,  
formatge i crostons de pa  
Llenties amb arròs  
logurt artesà

**19** Kcal:583 HC:69 Lip:21 Prot:29

Sopa de rap i arròs  
Hamburguesa de coliflor  
i formatge amb tomàquet  
Fruita del temps

**20** Kcal:729 HC:61 Lip:28 Prot:58

Cigrons amb espinacs  
Pernilet de pollastre  
al forn amb amanida  
logurt artesà

**21** Kcal:579 HC:85 Lip:14 Prot:26

Arròs amb salsa de  
tomàquet  
Lluç a la planxa  
amb amanida  
Fruita del temps

**22** Kcal:598 HC:72 Lip:23 Prot:25

Crema de porros  
Llom rostit a l'orenga  
amb pebrot i patates  
Fruita del temps

**23** Kcal:826 HC:97 Lip:31 Prot:39

**Festa de la Mona**  
Espirals gratinats  
Ous de pasqua arrebossats  
amb amanida  
Mona

