El nostre projecte

La forQuilla ecològica coop.

644 581 936 – info@laforquillaecologica.cat – laforquillaecologica.cat

Índex

Presentació

1. Breu definició de l'entitat 3
2. Compromís 4
3. Objectius 4
4. Intervenció educativa 5
5. Col·laborem amb 6
6. Som membres de 6

Alimentació

1. Producte 7
2. El menú 8
3. Al·lèrgies i intoleràncies alimentàries 14
4. Criteris de salut 14
    4.1. Control de qualitat i seguretat alimentària 15
5. Temporalitat fruites i verdures 16
6. Productors col·laboradors 17
7. Flyer de proveïment d'alimentació ecològica 18
8. Malbaratament alimentari 18

Projecte espai migdia

1. Espai migdia 21
2. Organització 21
3. Equip humà 22
    3.1. Organigrama 22
    3.2. Ràtio 22
    3.3. Funcions del supervisor/a 23
    3.4. Funcions del coordinador/a 24
    3.5. Funcions del monitor/a 24
4. Plantejament educatiu 25
5. Propostes temps de lleure 25
6. Paper de les famílies en l'espai migdia 27
7. Gestió administrativa 27

Presentació

1. Breu definició de l'entitat

Som una cooperativa que es dedica principalment a la gestió de l'espai migdia a les escoles dins l'horari lectiu.

Us convidem a viure l'experiència d'un equip humà, molt implicat, en el nostre projecte de vida. Una nova mirada per fer criatures sensibles i receptives amb l'ecologia.

Les nostres activitats estan adreçades a la comunitat educativa, tant a les famílies, com a les AFES i al centre escolar:

- Gestió integral de l'espai migdia
- Activitats extraescolars
- Acollides matinals
- Acompanyament a les sortides i colònies
- Assessorament nutricional i dietètica
- Formació pedagògica als equips de lleure
- Xerrades informatives a les famílies; orientació

2. Compromís

El consum d'aliments és una realitat quotidiana als centres educatius. Per tant, nosaltres com a cooperativa pensem que alimentar-nos no és només cobrir unes necessitats fisiològiques, sinó que aporta salut, fomenta criteris de consum i l'aprenentatge d'habilitats socials.

Busquem una relació basada en la proximitat i la confiança amb les persones i entitats amb les que treballem.

Conceptes com la seguretat alimentària, el comerç just, els aliments integrals, la cuina sana, el compostatge, etc., els volem desenvolupar als centres escolars i crear un camp d'experimentació en la comunitat educativa que reconeix l'alimentació com a eina de transformació.

3. Objectius

Des de la forquilla ecològica desenvolupem tres grans objectius:

1. **Educar en la sostenibilitat;** educar en els hàbits alimentaris, reflexionar sobre els criteris de consum que utilitzem, incorporar dietes amb productes ecològics, de proximitat i temporalitat.

2. **Treball cooperatiu,** tant en l'ajuda de les relacions personals com en els aprenentatges a nivell col·lectiu.

3. **Contribuir en l'educació en valors,** com la solidaritat, la convivència entre iguals, l'esforç, el respecte. Reflexionar sobre la salut i l'alimentació.

4. Intervenció educativa

- **Sostenibilitat:** la tria de cada aliment que ens mengem és una aposta per un model més respectuós amb l'ambient i més just amb la societat i el món. L'educació ambiental és clau pel creixement dels infants.

- **Qualitat:** una metodologia exigent en la formació continuada dels nostres treballadors i amb la millora dels nostres projectes educatius.

- **Sinceritat:** dinar a l'escola és una font de salut i a més, un aprenentatge. Vetllem per una qualitat de l'alimentació col·lectiva i dediquem molts esforços en assegurar un menú equilibrat.

- **Responsabilitat:** volem complir els criteris nutricionals recomanats i que compleixin la normativa sanitària. L'alimentació dels infants ha de tenir una mirada àmplia i integradora del concepte de seguretat alimentària.

- **L'educació integral:** apostem per una mirada sostenible en tots els aspectes; el menjador i la cuina no poden quedar-ne al marge. Treballem per incorporar el concepte d'alimentació agroecològica.

- **Hort:** facilitar la comprensió entre què passa a l'hort i el que mengem, la relació entre la nostra salut i la de l'entorn, la importància d'allò local per reflexionar i entendre com afecta al món.

5. Col·laborem amb:

Generalitat de Catalunya
Departament d'Acció Climàtica, Alimentació i Agenda Rural

Agència de Residus de Catalunya

espigoladors

Fundació Banc de Recursos

PONT ALIMENTARI

6. Som membres de:

ACELLEC
ASSOCIACIÓ CATALANA D'EMPRESES DEL LLEURE, L'EDUCACIÓ I LA CULTURA

Alimentació

1. Producte

Des de la **Forquilla Ecològica Cooperativa**, utilitzem productes ecològics i de proximitat.

El comerç "km0" o de proximitat s'emmarca en els cicles curts de comercialització (CCC), una forma de comerç que es caracteritza per tenir un nombre màxim d'un intermediari entre el producte final i el consumidor o també entre el productor i l'elaborador (Binimelis & Descombes, 2010).

Per definició, dins aquesta tipologia hi té cabuda el concepte de venda directa, que es caracteritza per l'absència d'intermediaris entre el productor i el consumidor.

A més, són **productes ecològics**, és a dir, el seu procés de producció i transport es cenyeix a unes normatives que garanteixen que es tracti d'aliments naturals, als quals no se'ls ha afegit productes químics ni tòxics.

Tot el procés de producció i transport d'aquests productes es realitza amb la màxima cura i **protecció del medi ambient**.

No treballem amb grans multinacionals per un tema ideològic, pactem les produccions agrícoles i la temporalitat dels productes directament amb els pagesos, i així oferir un servei més sostenible.

Des de la **Forquilla Ecològica Cooperativa** ens esforcem en fer una bona tria de quins seran els nostres proveïdors que ens facilitaran les matèries primeres, que després treballarem a les cuines. És important el control dels proveïdors en la higiene i dels seus productes mitjançant el número de registre sanitari, la descripció del seu sistema d'assegurament de la qualitat (ISO) i les especificacions de la matèria prima.

Tots els nostres productes ecològics estan certificats pel Consell Català de Producció Agrària Ecològica (CCPAE).

2. El menú

Els nostres menús consten d'un mínim de 4 setmanes adaptades a la temporada corresponent, els quals es consensuen entre empresa i client, fent partícip al cuiner/a i coordinador/a on posteriorment són revisats i aprovats pels nostres dietistes.

La informació sobre la programació de menús que lliurem a les famílies inclou la data i procurem que sigui entenedora i fàcil de llegir.

Tenim present la quantitat de les racions adaptada a l'edat i l'apetència dels infants. Tenim en compte factors com els següents:

- Utilitzem sempre oli d'oliva ecològic, tant per amanir com per a cuinar.
- La sal és moderada en la preparació dels plats; utilitzem sal ecològica.
- Oferim l'opció d'acompanyar els àpats amb pa.
- Reduïm la presència d'aliments precuinats
- Incloem en la programació propostes gastronòmiques relacionades amb aspectes culturals i festius dels nostre entorn o d'altres cultures.
- Els segons plats s'acompanyen d'una guarnició que està composta, gairebé sempre, de preparacions de verdura crua (amanides).

- La majoria de postres són a base de fruita fresca i reservem un dia per les postres làctics.

- Evitem les combinacions de plats de difícil acceptació com verdura i peix o les combinacions massa denses o massa lleugeres.

- La presentació i els colors de les preparacions són molt importants; intentem que el menú, a part de ser equilibrat, també sigui atractiu i així, evitem la monotonia.

- Procurem adequar les textures a les necessitats de cada grup d'edat, més toves i més fàcils de mastegar per als més petits i evitar l'excés de triturats per als més grans.

Els nostres equips de cuina treballen amb formes de cocció diversa: bullit, vapor, al forn, guisat, arrebossat, fregit i així poder enriquir el procés d'aprenentatge i acceptació de nous plats. Evitem les preparacions seques i eixutes. Procurem oferir una varietat d'aliments, de tipus de preparació i de presentació per afavorir el creixement de l'infant, el procés d'aprenentatge d'hàbits i la diversitat alimentària. D'aquesta manera, els ajudem a identificar l'àpat i l'entorn com un procés agradable i satisfactori.

Tal com indica el departament de salut, els menús estan supervisats per dietistes-nutricionistes.

Nosaltres treballem amb l'Institut d'assessorament dietètic i nutricional *iadin*.

iadin institut d'assessorament dietètic i nutricional

La forquilla ecològica

Menjadors escolars ecològics

Menú escola Josep Tarradellas

SETEMBRE 2021

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
13 MELÓ AMB PERNIL FIDEUÀ A LA MARINERA (SÍPIA, GAMBES I MUSCLOS) PA I IOGURT	**14** ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE TOMÀQUET I OU DUR) BOTIFARRA AMB COMPOTA DE POMA PA I FRUITA	**15** VICHYSSOISE (CREMA DE PORRO I PATATA) POLLASTRE A L´ALLET AMB ENCIAM I PASTANAGA PA I FRUITA	**16** LLENTIES ESTOFATS AMB VERDURETES ROSTIT DE LLOM AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	**17** COUSCOUS INTEGRAL AMB CARBASSO I PASTANAGA PEIX DE PROXIMITAT AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA
20 CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA PA I FRUITA	**21** PATATA I MONGETA TENDRA BULLIDA LLUÇ A LA MARINERA AMB GAMBETES PA I FRUITA	**22** CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES FRICANDO DE VEDELLA PA I FRUITA	**23** MACARRONS A LA BOLONYESA GALL D INDI AMB SUQUET PA I IOGURT	**24** MENESTRA DE VERDURES SALTEJATS AMB PERNIL PAELLA MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES,SÍPIA) PA I FRUITA
27 ESPAGUETTIS AMB VERDURES (SOFREGIT D'ESPINACS I CEBA) CAÇÓ MARINAT AMB TOMÀQUET PASTANAGA PA I FRUITA	**28** CIGRONS ESTOFATS TRUITA DE CARBASSO ,CEBA AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	**29** COL I PATATA TRINXADA AL FORN SEITONS A LA ANDALUSSA AMB ENCIAM I COGOMBRE PA I IOGURT	**30** LLENTIES AMB ARRÒS HAMBURGUESES DE QUINOA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I MACÈDONIA	**1** PESSOLS BULLITS AMB PATATA I OU DUR ROSTIT DE POLLASTRE AMB AMANIDA PA I FRUITA

Tots aquest aliments del nostre menú són d'origen ecològic:
Totes les pastes, llegums i arrossos; tota la verdura i fruita de temporada; el pollastre i la vedella (1 cop al mes); tot l'oli que utilitzem per cuinar i tota la sal, el pa integral i els iogurts.
També, dos cops al mes servim peix de proximitat.

7x5=

iadin

Menú basal – MAIG 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	**3** CREMA DE PRIMAVERA (PORRO I PATATA) ARRÒS A LA MILANESA GRATINAT PA I FRUITA Sopar: Cigrons amb espinacs Seitons arrebossats	**4** AMANIDA RUSSA AMB TONYINA LLENTIES ESTOFADES PA I IOGURT Sopar: Hortalisses al vapor Remenat d'ou i xampinyons	**5** LLACETS SALTATS AMB VERDURES MAIRES A L'ANDALUSA AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PA I FRUITA Sopar: Crema de carbassó Albergínia farcida	**6** MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES TRUITA DE CEBA I CARBASSÓ AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA Sopar: Amanida de pasta Pollastre a la planxa
9 MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES BUNYOLS DE BACALLÀ AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA Sopar: Coliflor gratinada Truita de formatge	**10** CREMA DE VERDURES I LLEGUM BROQUETES DE GALL DINDI AMB AMANIDA DEL TEMPS PA I FRUITA Sopar: Empedrat de mongetes seques Croquetes vegetals	**11** ARRÒS INTEGRAL AMB CEBA I CARBASSÓ TRUITA PAISANA AMB ENCIAM I OLIVES PA I IOGURT Sopar: Amanida d'hortalisses Llenties saltades	**12** MONGETA, PASTANAGA, PATATA I PÈSOLS POLLASTRE ECOLÒGIC AMB SUQUET I AMANIDA DEL TEMPS PA I MACEDÒNIA Sopar: Espirals amb formatge Llenguado a la planxa	**13** ÀPAT TEMÀTIC Sopar: Crema de xampinyons Wok de verduretes amb vedella
16 ARRÒS AMB TOMÀQUET TRUITA DE CEBA I PASTANAGA AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA Sopar: Bledes a la crema Orada al forn a la llimona	**17** CREMA DE LLENTIES VERMELLES I PORRO ALETES DE POLLASTRE AMB PATATA PANADERA PA I FRUITA Sopar: Pasta amb tomàquet i pastanaga Hamburguesa vegetal	**18** AMANIDA CAMPEROLA PEIX DE MERCAT AMB PASTANAGA I TOMÀQUET PA I IOGURT Sopar: Ratatouille de verdures Ous farcits d'enciam i olives	**19** CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES VARETES VEGETALS AL FORN AMB ENCIAM I COGOMBRE PA I FRUITA Sopar: Arròs integral al curri Gall dindi al fom	**20** AMANIDA DE PASTA MANDONGUILLES A LA JARDINERA PA I FRUITA Sopar: Gaspatxo *Fajitas* de verdures i formatge
23 HUMMUS AMB BASTONETS DE PA I PASTANAGA RATLLADA FIDEUÀ MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES I SÍPIA) PA I FRUITA Sopar: Amanida de fruites Llom amb salsa de pebrots	**24** PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA GALL DINDI AMB SUQUET PA I FRUITA Sopar: Rissotto Remenat d'ou amb espàrrecs	**25** MELÓ AMB PERNIL LLENTIES ESTOFADES PA I IOGURT Sopar: Mongeta tendra amb sèsam Pasta amb bolonyesa vegetal	**26** ARRÒS SALTAT AMB CEBA I XAMPINYONS OUS DURS AMB TONYINA I MAIONESA I ENCIAM JULIANA PA I FRUITA Sopar: Hortalisses amb formatge fos Mongetes seques amb all	**27** MENÚ SORPRESA Sopar: Coca d'escalivada Pollastre al forn

Tots aquest aliments del nostre menú són d'origen ecològic:
Totes les pastes, llegums i arrossos; tota la verdura i fruita de temporada; el pollastre i la vedella (1 cop al mes); tot l'oli que utilitzem per cuinar i tota la sal, el pa integral .
També, dos cops al mes servim peix de proximitat.

Menú SENSE GLUTEN – MAIG 2022

ESCOLA JOSEP TARRADELLAS

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 DIA DE LLIURE DISPOSICIÓ	3 CREMA DE PRIMAVERA (PORRO I PATATA) ARRÒS A LA MILANESA* GRATINAT PA S/GLUTEN I FRUITA	4 AMANIDA RUSSA* AMB TONYINA LLENTIES ESTOFADES PA S/GLUTEN I IOGURT	5 PASTA S/GLUTEN SALTADA AMB VERDURES MAIRES A L'ANDALUSA** (AMB FARINA S/GLUTEN) AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PA S/GLUTEN I FRUITA	6 MONGETES ESTOFADES AMB VERDURETES TRUITA DE CEBA I CARBASSÓ AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA S/GLUTEN I FRUITA
9 PASTA S/GLUTEN AMB SOFREGIT DE VERDURES PEIX AL FORN AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA S/GLUTEN I FRUITA	10 CREMA DE VERDURES I LLEGUM BROQUETES DE GALL DINDI AMB AMANIDA DEL TEMPS PA S/GLUTEN I FRUITA	11 ARRÒS INTEGRAL AMB CEBA I CARBASSÓ TRUITA PAISANA AMB ENCIAM I OLIVES PA S/GLUTEN I IOGURT	12 MONGETA, PASTANAGA, PATATA I PÈSOLS POLLASTRE ECOLÒGIC AMB SUQUET* I AMANIDA DEL TEMPS PA S/GLUTEN I MACÈDONIA*	13 ÀPAT TEMÀTIC SENSE GLUTEN
16 ARRÒS AMB TOMÀQUET TRUITA DE CEBA I PASTANAGA AMB ENCIAM I OLIVES PA S/GLUTEN I FRUITA	17 CREMA DE LLENTIES VERMELLES I PORRO ALETES DE POLLASTRE AMB PATATA PANADERA PA S/GLUTEN I FRUITA	18 AMANIDA CAMPEROLA* PEIX DE MERCAT*/** AMB PASTANAGA I TOMÀQUET PA S/GLUTEN I IOGURT	19 CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES GALL DINDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I COGOMBRE PA S/GLUTEN I FRUITA	20 AMANIDA DE PASTA S/GLUTEN MANDONGUILLES* A LA JARDINERA PA S/GLUTEN I FRUITA
23 HUMMUS AMB BASTONETS DE PA S/GLUTEN I PASTANAGA RATLLADA PASTA S/GLUTEN MARINERA (MUSCLOS, GAMBETES I SÍPIA) PA S/GLUTEN I FRUITA	24 PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA GALL DINDI AMB SUQUET* PA S/GLUTEN I FRUITA	25 MELÓ AMB PERNIL* LLENTIES ESTOFADES PA S/GLUTEN I IOGURT	26 ARRÒS SALTAT AMB CEBA I XAMPINYONS OUS DURS AMB TONYINA I MAIONESA*, I ENCIAM JULIANA PA S/GLUTEN I FRUITA	27 MENÚ SORPRESA SENSE GLUTEN

*INGREDIENTS SENSE GLUTEN (verificar fitxes de proveïdors)

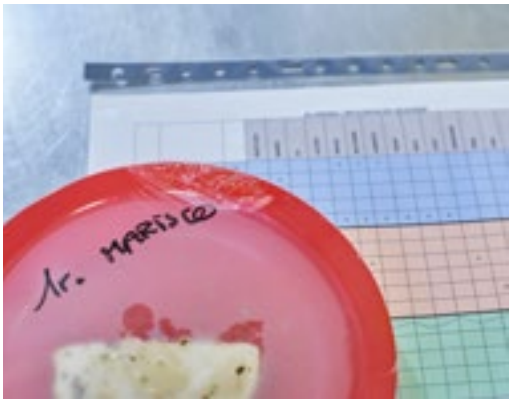
** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.

Freqüències setmanals de consum de productes:

Grups d'aliments	Freqüències setmanals
Primers plats	
Arròs (més saludable varietats integrals, també el pa)	1
Pasta (pizza es considera plat precuinat)	1
Llegums (poden ser plat únic acompanyat de verdura)	1-2
Hortalisses i verdures (patates incloses)*	2-3
Segons plats	
Carns	1-3
Peixos	1-3
Ous	1-2
Guarnicions	
Amanides variades	3-4
Altres guarnicions	1-2
Postres	
Fruita fresca i de temporada	4-5
Altres postres (iogurt, formatges, fruita seca...)	0-1
Tècniques culinàries	
Precuinats industrials	< 3/mes
Fregits als segons plats	< 2/setmanal
Fregits a les guarnicions	< 1/setmanal
Preparacions càrnies grasses	< 1/setmanal

*Si el plat és només a base de patata no es pot considerar ració de verdures.

3. Al·lèrgies i intoleràncies alimentàries



L'al·lèrgia alimentària és present quan hi ha una reacció immunològica que es produeix en un infant sensibilitzat a un aliment determinat quan l'ingereix o bé per simple contacte. També respon a un mecanisme immunològic que respon de formes diverses: cutània, respiratòria, digestiva, etc.

La nostra pauta alimentària és absolutament necessària. Es requereix d'un informe mèdic que especifiqui l'al·lèrgia acompanyat d'un seguiment i d'una vigilància excepcional per part del nostre equip humà.

Adaptem el menú basal a tot tipus d'al·lèrgies alimentàries, intoleràncies, casos específics de multi-al·lèrgies i altres patologies.

Menús que elaborem:

- Celiaquia
- Dieta laxant
- Dieta astringent
- Al·lèrgia a la proteïna de la vaca
- Al·lèrgia a la proteïna d'ou
- Al·lèrgia al peix
- Intolerància a la lactosa
- Específics multi-al·lèrgics o altres patologies
- Menú halal

4. Criteris de Salut

La preparació d'aliments exigeix treballar una sèrie de pràctiques higièniques que garanteixin la qualitat microbiològica dels productes i que evitin, així, la contaminació per bacteris patògens que poden donar lloc a toxiinfeccions alimentàries.

És important remarcar que tot el nostre personal de la cuina està ben format i conscienciat que la seguretat dels aliments està a la seves mans. Els infants són un grup de població de risc ja que el seu sistema immunitari no està del tot desenvolupat i són més vulnerables als atacs dels microorganismes patògens.

És per això que nosaltres extremem les mesures d'higiene de caràcter general, com per exemple, el rentat de mans, la netedat de la indumentària de treball per a cada operació o procés, com ara la neteja i desinfecció dels vegetals.

La neteja i la desinfecció de la cuina no la considerem com una activitat secundària , sinó al contrari, és una activitat fonamental en la gestió higiènica de la cuina. Per això, dissenyem un pla eficaç i supervisem l'execució.

4.1. Control de qualitat i Seguretat Alimentària

Les cuines de **la Forquilla Ecològica Cooperativa** compleixen els requisits especificats en el Reglament (CE) núm. 852/2004 del Parlament Europeu i del Consell, de 29 d'abril de 2004, relatiu a la higiene dels productes alimentaris.

La Forquilla Ecològica Cooperativa està adaptada a la normativa vigent; està inscrita en el Registre sanitari d'indústries i productes alimentaris de Catalunya (RSIPAC).

Facilitem una tauleta al cap de cuina per poder treballar les normatives sanitàries obligatòries.

- Pla de funcionament de cuina
- APPCC
- Formació obligatòria sobre al·lèrgies i intoleràncies i manipulació
- Normativa per treballar amb ONG l'excedent de menjar

5. Temporalitat fruites i verdures

	Set.	Oct.	Nov.	Des.	Gen.	Feb.	Març	Abr.	Maig	Juny
Albercoc										
Cirera										
Kiwi										
Llimona										
Maduixa										
Mandarina										
Meló										
Nectarina										
Pera										
Plàtan										
Poma										
Préssec										
Pruna										
Síndria										
Taronja										
Api										
All										
Bròquil										
Carbassa										
Carbassó										
Carxofes										
Ceba										
Col										
Coliflor										
Enciam										
Mongeta verda										
Patata										
Pastanaga										
Pebrot										
Cogombre										
Porro										
Tomàquet										

6. Productors col·laboradors

Aquí trobareu els nostres col·laboradors, que s'han anat sumant a l'equip de la Forquilla Ecològica Cooperativa i que ens ajuden a fer-la més gran. Per fer possible la nostra acció, agraïm el seu compromís i responsabilitat.

anna ECOLOGICA. 100%

SUPERMERCATS veritas MENJAR DE VERITAT

Igual que La Forquilla Ecològica Cooperativa, els nostres col·laboradors aposten per l'ecologisme i la qualitat dels aliments.

La Forquilla Ecològica Cooperativa treballa sempre amb aquests productes ecològics:

- 100% arròs
- 100% llegums
- 100% de pasta
- 100% fruita de temporada
- 100% oli verge extra de oliva
- 100% verdura de temporada
- 1 cop a la setmana proteïna animal
- 100% sal

7. Flyer de proveïment d'alimentació ecològica

A les pròximes pàgines pots trobar el flyer informatiu sobre el proveïment d'aliments ecològics desenvolupat per els nostres proveïdors: Veritas i Anna Ecològica 100%.

8. Malbaratament alimentari

Volem incidir en la reducció del excedent de menjar en les nostres cuines, és per això que col·laborem amb aquesta xarxa on fa de pont entre empreses donants i col·lectius vulnerables.

Un cop a la setmana s'encarreguen de venir a les cuines i recollir tot l'excedent de menjat que prèviament els nostres cuiners han guardat seguint la normativa establerta.

Conjuntament amb la part pedagògica fem projectes de sensibilització amb els infants on ens proporcionen documents i guies per poder treballar-ho a l'espai migdia.

Col·laboradors de camp

Mara de la horta **Hospitalet de Llobregat**
Martí pagesos S.L. **Camarles**
Agrícola Tupinaire S.L. **Alguaire**
Verdura Masclans S.C.P. **Caldes de Montbuí**
Ramon Flotats Carceller **La Torre de l'Espanyol**
Roger Aleu Aragonès **La Bisbal de Falset**
La Vall Bio-Finca La Vall **Benifallet**
David Torrelles Vilella **Vilanova del Segrià**
Josep Ramon Madri Cortes **Ivars de Noguera**
Ramon Garulo S.L. **Barbens**
Cal Pereto **St. Boi de Llobregat**
Fruketa S.L. **Artesa de Lleida**
Griselda Panadès Caldó **Lleida**
Pomona Fruits S.L. **Ivars d'Urgell**

Som líders en la en el proveïment d'alimentació ecològica certificada amb més de 5.500 referències, tenim punts de venda al voltant de tot Catalunya i proveïm a mes de 600 escoles catalanes.

L'alimentació ecològica i de proximitat arriba al menjador escolar de la mà de Veritas i Anna Ecològica 100%.

c/ Diputació, 239
CP 08007, Barcelona
veritas.es

+34 93 770 43 56
hola@annaecologica.es
annaecologica.es

anna ECOLOGICA. 100%

Per què consumir productes 100% ecològics a l'escola?

Perquè són saludables.

Perquè són de màxima qualitat.

Perquè no contenen organismes modificats genèticament.

Perquè són respectuosos amb el benestar animal, la terra i la natura.

Perquè són frescos, saborosos i de temporada.

Perquè són de proximitat, són productes de Km0.

Per què Anna Ecològica 100%?

› Perquè oferim els **mateixos productes** que pots consumir a casa comprant a les botigues **Veritas**.

› Perquè oferim una **àmplia varietat** de més 5.500 referències.

› Perquè **garantim l'abastiment** durant tot el **curs escolar**, cenyint-nos al calendari de temporalitat en fruita i verdura ecològica.

› Perquè ens **assegurem** calibrar tota la fruita servida perquè compleixi amb els **gramatges** necessaris en les **dietes infantils**.

› Perquè tenim un departament de qualitat que vetlla per la **màxima qualitat** i estat òptim del material que servim, amb elaboració de **fitxes tècniques** i de la declaració d'al·lèrgens en cadascuna de les matèries ofertes.

I també el millor pa per als infants!

Des del nostre obrador facilitem l'arribada del pa ecològic a totes les escoles. Elaborem el pa i la brioixeria sense greixos grassos hidrogenats, ni químics i amb massa mare que li atorga el seu gust característic i la capacitat de durar tendre gairebé una setmana. **El pa ecològic és més ric en proteïnes, fibres i minerals que el no ecològic**.

Projecte espai migdia

1. Espai migdia

Per nosaltres definir l'espai migdia ha de partir del Projecte Educatiu de Centre (PEC); és a dir, hauria de formar-ne part.

Considerem un espai/temps important, que forma part de l'educació integral dels infants tant des del punt de vista social com emocional, on cal tenir cura que els nens/es siguin feliços, ja que és indispensable per a la seva salut.

És un espai social on compartir moment asseguts al voltant de la taula.

Un espai d'aprenentatge on treballem l'autogestió, ens servim nosaltres mateixos i regulem la nostra gana.

Un espai saludable on poder treballar la importància de l'educació en la sostenibilitat.

2. Organització

Pel correcte desenvolupament del nostre projecte, facilitem **l'organització** i la infraestructura necessària. Tenim en compte i adaptem el projecte a **la realitat del centre i dels infants** als que s'adreça. I sobretot donar continuïtat i coherència al Projecte Educatiu de l'escola.

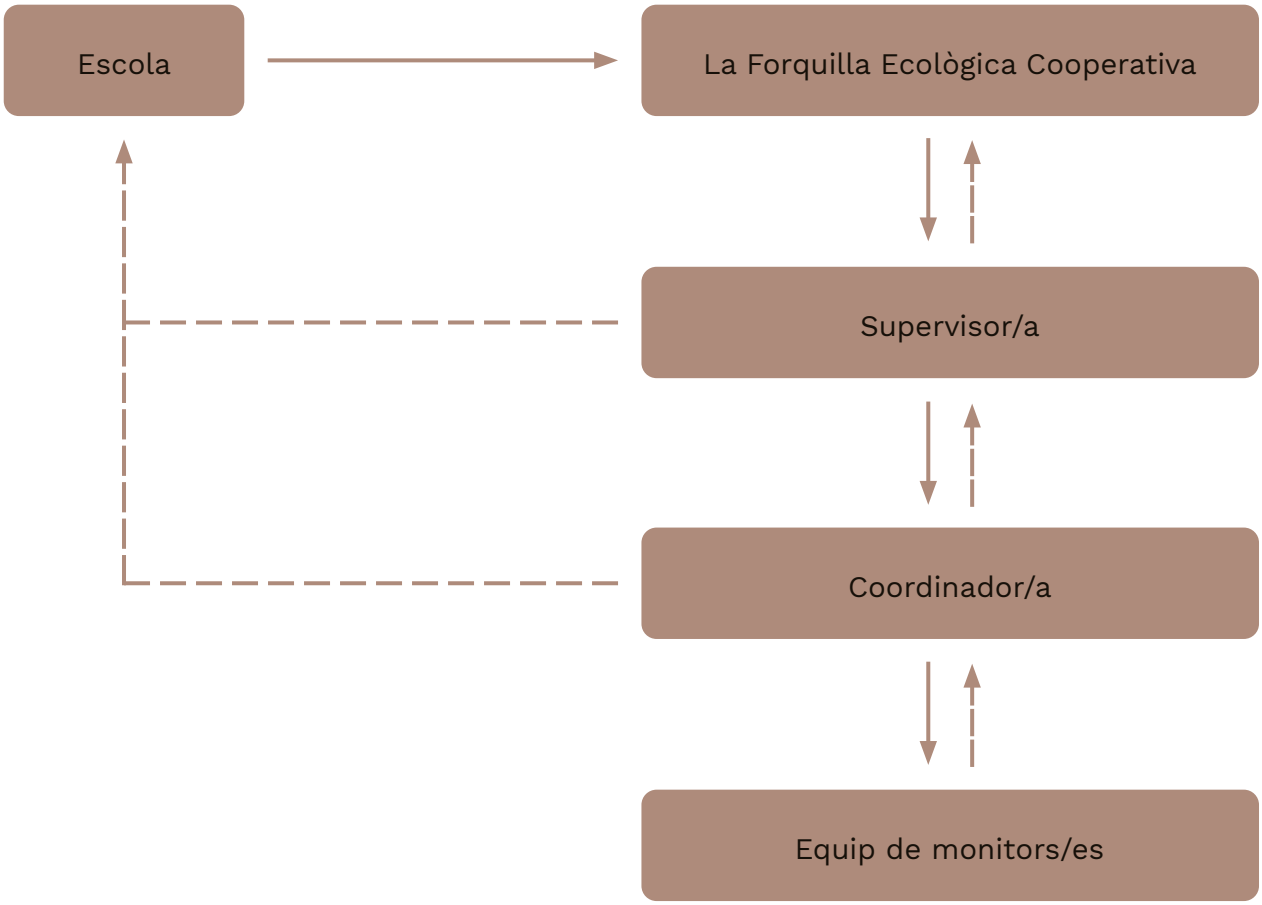
L'organització que proposem es basa en:

- Una distribució molt clara de funcions
- Un seguiment exigent del projecte
- Un equip coordinat i cohesionat
- Una gestió òptima dels recursos disponibles
- Una formació continuada de l'equip de monitor/es

3. Equip humà

L'equip d'educadors és l'eix principal del treball educatiu que es realitza durant l'estona del migdia. Sota la supervisió de l'escola i **la Forquilla Ecològica Cooperativa**, els educadors són els responsables de la planificació i dinamització del menjador escolar.

3.1. Organigrama



3.2. Ràtio

Al menjador se seguirà la ràtio que aconsella el Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya per aquest tipus de servei:

• Educació infantil (3 anys)	1/15 o fracció superior a 8
• Educació infantil (4-5 anys)	1/20 o fracció superior a 10
• Educació primària (fins a 12 anys)	1/30 o fracció superior a 15

Aquesta ràtio permet treballar el projecte correctament. En casos excepcionals es podrà revisar, valorar i pactar amb l'AFA i l'escola.

3.3. Funcions del supervisor/a

És la persona encarregada de **supervisar** tot el Projecte i de gestionar la coordinació entre **la Forquilla Ecològica Cooperativa**, l'equip de monitors/es i l'escola. No té presència diària a l'escola però està en **contacte permanent** amb ella, efectuant visites periòdiques i contacte telefònic.

Entre les seves funcions es destaquen:

- Oferir suport i assessorament als equips de monitors/es
- Establir una relació directa entre la Cooperativa i l'escola/l'AFA i l'equip de monitors/es
- Supervisar i realitzar el seguiment de la programació del Projecte en l'escola
- Acompanyar i vetllar pel correcte funcionament del desenvolupament del Projecte
- Optimitzar tots els recursos dels que disposem
- Recollir propostes, dubtes i suggeriments dels/les monitors/es
- Dotar dels recursos necessaris als equips per a realitzar correctament la seva tasca
- Realitzar els tràmits administratius necessaris
- Mantenir una bona relació amb la coordinadora de menjador per garantir un bon servei

3.4. Funcions del coordinador/a

L'objectiu del coordinador/a és **coordinar** sobre el terreny i en el dia a dia l'equip de monitors/es. **Procura solucionar** els problemes diaris. **Vetlla** pel bon funcionament del servei i de les activitats i **informa** constantment a **la Forquilla Ecològica Cooperativa** de qualsevol incidència.

Entre les seves funcions es destaquen:

- Coordinació i seguiment de les tasques dels monitors de menjador
- Seguiment de les incidències del servei, com fer un registre i avaluació
- Responsabilitzar-se de l'estona de migdia i representar a l'equip de monitors/es davant l'escola, els pares, l'AFA,...
- Controlar les faltes d'assistència dels monitors/es i els justificants
- Fer el seguiment del Projecte tot coordinant-se amb l'escola i supervisor/a
- Avaluar l'equip de monitors/es de forma periòdica, així com els suplents
- Elaborar i redactar la memòria i/o avaluació trimestral o final

3.5. Funcions del monitor

Entre les seves funcions es destaquen:

- Acompanyar i educar els hàbits dels infants a nivell higiènic, alimentari, d'ordre i convivència per tal de potenciar i assegurar el progrés assolit de l'autonomia i de les normes socials referents al menjar
- Buscar i facilitar un espai i clima adequat per a l'aprenentatge de l'expressió i la creativitat
- Oferir una vigilància activa mentre es treballa amb els infants per prevenir o solucionar les possibles situacions de conflicte o de perill
- Fer un seguiment diari de l'infant així com del grup i elaborar els informes amb la periodicitat acordada
- Vetllar per a la correcta higiene a l'espai migdia
- Escoltar, acompanyar, mostrar afecte a l'infant durant l'estona de menjador i donar-li suport
- Dinamitzar el temps de lleure amb activitats formatives i lúdiques
- Planificar i organitzar activitats a l'estona de lleure amb l'objectiu de permetre als infants ampliar els seus coneixements sobre alimentació, agroecologia, prevenció de residus, sostenibilitat, medi ambient així amb recursos lúdics i jocs.

4. Plantejament educatiu

En el nostre menjador treballem:

- **L'autonomia i l'autoregulació:** els infants coneixen poc a poc el seu cos i detecten la necessitat d'alimentar-se. Acompanyem aquest procés respectant la decisió de l'infant; no obliguem a menjar però sí tenim uns mínims marcats per assegurar el seu benestar. Tanmateix aprenent a menjar de tot.

- **Parem i desparem taula:** des de ben petis els ensenyem a responsabilitzar-se sobre les tasques associades als àpats: parar i desparar taula, omplir gerres, netejar la taula. Proposem aquestes tasques per grups o torns que poden compartir amb companys/es de diferents edats de manera que uns aprenen dels altres.

- **El soroll al menjador:** és un dels problemes ambientals més comuns dels menjadors escolars. Podem parar taula amb tovalles o hules que esmorteeixen el soroll dels estris (plats, gots, coberts, etc.). O utilitzar mètodes com el semàfor i triar encarregats que facin un seguiment i control, instal·lar un sonòmetre, etc.

- **Prevenció i gestió dels residus:** intentar generar el mínim de residus possibles. Proporcionem contenidors transparents per conscienciar i visualitzar la quantitat d'excedent de menjar que es genera al menjador i busquem espais on ubicar-los. Sempre que sigui possible, reutilitzem els residus generats per fer-ne el compost i utilitzar-lo a l'hort de l'espai migdia. També reciclem els envasos de plàstic com el iogurt o altres (per construir jocs, fer manualitats, etc.).

5. Propostes temps de lleure

A **la Forquilla Ecològica Cooperativa** ens encarreguem d'organitzar activitats suggerents, organitzades per edats i que desenvolupen els temes centrals: alimentació sana, justa i solidària i alimentació sostenible. A part, programem activitats d'expressió, esportives, lúdiques i tot tipus de tallers.

Els infants de 3 anys i aquells/es que vulguin, tenen l'opció d'anar a dormir o descansar.

Proposem activitats on tractem aspectes com els sentits i el plaer, la salut i el benestar, la relació, l'intercanvi, relacionats tots ells, amb el medi ambient, etc.

- **Participació dels infants en l'aportació de plats al menú de l'escola.** Implicar als infants en la tria dels aliments per tal de transmetre la importància de tenir cura del que mengem i ampliar l'acceptació de gustos.

- **Participació dels infants en la preparació d'alguns aliments** conjuntament amb l'equip de cuina com a hàbit quotidià.

- **Buscar tenir el contacte directe amb alguns productors;** pagesos d'un hort familiar, peix fresc directe del pescador.

- **"Escollim menú"** Un dia al mes els infants són els responsables d'escollir què volen menjar en tots els plats; tant en el 1r, com el 2n i les postres.

- **Dinem barrejats:** un cop al mes, els infants escullen un dia i seuen amb infants d'altres classes.

- **Dinar de comarca:** el segon dilluns del mes, ens apropem a una comarca de la nostra terra i mengem un plat típic d'allà.

- **Setmanes temàtiques:** durant una setmana es treballa un tema en concret: setmana de la Terra, la setmana de la llavor, setmana de prevenció de residus, setmana de la germinació, etc.

- **Jornades gastronòmiques:** els infants trien uns dies específics al mes i treballen menús d'altres països, continents o indrets: Texas, la Índia...

- **Visitem la cuina:** un cop a la setmana, es programa que un grup/classe faci una visita a la cuina i així es crea un vincle amb l'equip de cuina, sobretot amb la cuinera; coneixen els estris, els equipament, etc.

- **Comissió de menjador:** un infant de cada grup/classe es reuneix en assemblea i participen de debats on s'avalua el menjador per tal de fer propostes de millora per l'espai migdia.

- **Dinar a la fresca:** escollim un racó al pati i fem tota la preparació de l'espai; traiem taules i cadires i fem l'àpat a fora.

- **Laboratori de cuina:** experimentem amb diferents menjar, olorem, tastem, toquem. Programem diferents tallers per despertar sensacions envers als aliments.

- **Apadrinament rusc abelles:** col·laborem amb el projecte que porten a terme a l'horta de la tuka, al Vallés Occidental. Som padrins d'un rusc d'abelles i realitzem activitats de sensibilització i conscienciació sobre aquest insecte tan important per el planeta terra.

- **Espai de les families:** parlar amb les famílies perquè vinguin a l'espai de lleure per fer taller de cuina, avis que expliquin històries sobre els aliments, etc.

- **De l'hort al plat:** treballar la procedència dels nostres aliments, l'origen i el seu conreu.

- **Horticultura:** transmeten els valors del desenvolupament de cultius a l'hort de l'espai migdia. Mirem les tècniques a seguir per produir hortalisses i cultivar les plantes comestibles. Investiguem la floricultura, tècnica senzilla per infants.

6. Paper de les famílies dins l'espai migdia

Les famílies poden fer ús de l'espai migdia per acompanyar als vostres fills i filles.

La nostra **estratègia** principal és trobar la vostra complicitat i consolidar els espais per a les famílies:

- Activitats on hi ha un espai per als infants: fer una xerrada acompanyada d'un taller infantil i posteriorment, menjar conjuntament el què han fet els infants, mentre expliquen el contingut, no només els ingredients, sinó el com i el perquè.
- Activitats de caps de setmana i d'interès general; diada de la pau, sessió de cuines del món, on totes les famílies portin un plat de la seva cultura.
- Proposar portes obertes al menjador on totes la famílies estiguin convidades.
- Oferir berenars en directe.
- Organitzar jornades trimestrals on els infants presentin com ha anat el menjador, què han fet, què han menjat, què els ha agradat i què no.
- Buscar ocasions en què tradicionalment es cuina en família: panellets, la mona, els aniversaris i proposar aliments de proximitat i locals, de comerç just.

7. Gestió administrativa

Si l'escola ho sol·licita, **la Forquilla Ecològica Cooperativa** es pot fer càrrec de tota la gestió del cobrament del servei a les famílies. Es facilitarà a cada família el full de normativa específica indicant quotes, protocols i normativa conjuntament amb la fitxa d'inscripció del servei.

Seguiment morositat:
La Forquilla Ecològica Cooperativa farà el seguiment de tots aquells rebuts retornats; si un usuari té més de 2 devolucions, se li traurà l'opció de pagament bancari advertint-lo de fer-lo per bestreta el dia 1 de cada mes. A cada rebut que es torni a carregar per devolució se li imputarà la despesa que generi.