



# MENÚS in-FORM@'T 2017

"Educar la ment sense educar el cor no és educar en absolut."  
Aristòtil



## RESTAURANT OSONA

25 de març  
Menú pendent de  
concretar  
9:30-14:00h

Primer  
Amanida intolerant de  
fruits secs amb formatge  
de cabra

Segon  
Escudella dinàmica

Postres  
Fondue d'estrès amb  
maduixes

## RESTAURANT MARESME

1 d'abril  
Menú "Francesc Macià"  
C/Pius XII, 26  
Vilassar de Dalt  
9:30-14:00h

Primer  
Amanida variada amb  
vinagreta de  
corresponsabilitat

Segon  
Xai rostit acompanyat de  
fruites de la passió per la  
feina

Postres  
Fondue d'estrès amb  
maduixes

## RESTAURANT BAIX LLOBREGAT

6 de maig  
Menú "Jacint Verdaguer"  
C/Ramon Llull, 1  
Pallejà  
9:30-14:00h

Primer  
Amanida variada amb  
vinagreta de  
corresponsabilitat

Segon  
Xai rostit acompanyat de  
fruites de la passió per la  
feina

Postres  
Fondue d'estrès amb  
maduixes

## RESTAURANT BARCELONA

13 de maig  
Menú "Pegaso"  
C/Dublín, 5-15  
Barcelona  
9:30-14:00h

Primer  
Amanida variada amb  
vinagreta de  
corresponsabilitat

Segon  
Botifarra emmascarada  
amb salsa de lideratge

Postres  
Fondue d'estrès amb  
maduixes

## RESTAURANT BAIX PENEDES

20 de maig  
Menú "Sant Julià"  
C/ Del Priorat, s/n  
L'Arboç  
9:30-14:00h

Primer  
Amanida variada amb  
vinagreta de  
corresponsabilitat

Segon  
Escudella dinàmica

Postres  
Fondue d'estrès amb  
maduixes

## Els nostres plats...

### PRIMERS

Amanida intolerant de fruits secs amb formatge de cabra /  
Gestió d'altèrgies i intoleràncies als menjadors

Plat fresc i amb contrastos que ens permetran degustar els coneixements i les recomanacions relacionades amb les altèrgies i intoleràncies.

Important: Horari de 9:30-13h

Objectius:

- Conèixer la informació relacionada amb les altèrgies i intoleràncies, i la seva aplicació als menjadors.

Cuïnera: Sílvia Gutiérrez

Amanida variada amb vinagreta de corresponsabilitat /  
Junts molt millor

Plat lleuger amanit amb una salsa intensa que ens impregnarà dels recursos per assolir els reptes del temps de migdia, a través del treball en equip.

Objectius:

- Establir les bases per a una bona organització de l'equip.  
- Descobrir eines per a un bon treball en equip, en benefici dels infants.

Cuïners: Útil

### POSTRES

Fondue d'estrès amb maduixes

Aquestes postres són un caprici per als sentits. El secret està en la barreja de sabors àcids i dolços, que ens ajudarà a superar els moments de gran activitat concentrats en el temps de migdia, afrontant-los amb serenitat i calmant la ment.

Objectius:

- Definir l'estrès.  
- Conèixer la seva relació amb les emocions.  
- Aprendre tècniques i recursos per minimitzar-lo.

Cuïner: Nico Bobadilla

### SEGONS

Escudella dinàmica / Dinamització d'espais

Plat típic que combina ingredients regionals com jocs, balls, dinàmiques... Aquesta recepta ens ajuda a millorar l'experiència dels infants durant el temps de migdia.

Objectius:

- Dinamitzar el temps de migdia.  
- Potenciar habilitats personals per a la creació de nous recursos per al temps de migdia.

Cuïners:

- 25-03-2017 Dafne Martínez  
- 20-05-2017 Víctor Baroja

Xai rostit acompanyat de fruites de la passió per la feina /  
Acompanyem l'equip II

Tall de carn tendre de gust intens rebaixat amb tocs dolços, cuinat per als coordinadors de centre i els cuïners. Plat especial per al lideratge d'equips de treball.

Objectius:

- Reflexionar sobre la pràctica.  
- Aprofundir en l'adquisició de recursos per al lideratge.  
- Millorar la gestió de les situacions del dia a dia.

Cuïnera: Natàlia Pomar

Botifarra emmascarada amb salsa de lideratge /  
Lideratge transformador

Un plat conegut per tothom, però elaborat amb una recepta totalment nova que ens ajudarà a liderar els nostres equips a partir de l'autodescobriment. Recepta per a coordinadors de centre i cuïners.

Objectius:

- Conèixer el concepte de lideratge transformador.  
- Identificar les pròpies limitacions.

Cuïner: Natàlia Pomar

Tots els plats que us oferim són gratuïts i d'accés obert al nostre personal, a excepció del "Xai rostit acompanyat de fruites de la passió per la feina" i la "Botifarra emmascarada amb salsa de lideratge", que estan destinats a coordinadors de centre i cuïners.

Podreu degustar els nostres menús durant els mesos de març, abril i maig. En funció de la vostra disponibilitat, podreu triar un plat dels que oferim als nostres restaurants. L'objectiu és donar-vos eines per facilitar la vostra tasca i aportar-vos diferents recursos que podreu aplicar en els vostres centres.

### RESERVES

Cada monogràfic té **25 places**. Les **inscripcions** es realitzaran del dia **27 de febrer al 3 de març**. Aquests dies us podreu inscriure a través del nostre bloc **blog.7itria.cat** o contactant amb el departament de projectes i formació a través del telèfon **93 682 10 43** (preguntar per la Mònica Ventaja o el Ferran Angulo), en horari de 9.30 a 10.30 h i de 16.30 a 17.30 h de dilluns a dijous i divendres de 9.30 a 10.30 h. Recordeu que les **inscripcions són personals**.