



7 i TRIA

Publicació escolar 3r trimestre curs 2018-2019

EL CAMÍ DE L'APRENENTATGE: UN CAMÍ ACOMPANYAT

- El camí de l'aprenentatge: un camí acompanyat (p.2)
- Què més pot ser...? (p.3)
- Menús del tercer trimestre (p.3-5)
- El nostre compromís: la qualitat (p.6-7)
- Cuinem emocions: alvocats farcits (p.8)

El camí de l'aprenentatge: un camí acompanyat

Tot poder comporta una gran responsabilitat. Quin és aquest poder? Quina és la responsabilitat?

Agafant les paraules del gran Stan Lee, creador d'Spiderman, i traslladant-les a l'entorn educatiu, el poder és la capacitat humana de fer-se persones, millors persones, la responsabilitat, créixer amb aquesta capacitat i saber utilitzar-la per a madurar i esdevenir un adult ple de vida.

El camí de l'aprenentatge comença per un mateix, però no pot ser mai un camí solitari. És un camí obert, sense final, un camí acompanyat.

Però, què és acompanyar? Acompanyar, en paraules del psicòleg Jaume Funes és, fonamentalment, l'acció de caminar al costat d'una persona, o segons el seu origen llatí, *ad cuna panis*, compartir el pa del camí.

Acompanyar, doncs, és compartir una estona, una etapa, un moment, és anar al costat d'algú facilitant seguretat i benestar per afavorir els processos d'aprenentatge i creixement personal.

Acompanyar és fer costat, creure, delegar, confiar, corregir i motivar alhora. A 7 i TRIA entenem l'educació com un conjunt de processos d'aprenentatge oberts, sense final, que ens ajuden a formar-nos com a persones i ciutadans, lliures i amb capacitat crítica per fer del món un lloc més just.

Sota aquesta mirada educativa, el nostre ideari pedagògic i els projectes que duem a terme a les diferents escoles, tenen com a objecte l'infant i el seu benestar i desenvolupament en totes les seves vessants.

L'esser humà, i els infants com a mostra, necessiten sentir-se estimats i tinguts en compte, explorar les seves emocions, entendre els canvis fi-



Acompanyar és fer costat, creure, delegar, confiar, corregir i motivar alhora

sics, i al mateix temps, necessiten d'un entorn preparat, segur i adequat a tots aquests processos.

La figura de l'educador, esdevé clau, en aquest camí. I el seu acompanyament és bàsic per assolir un grau de benestar positiu i adequat al seu creixement.

Com acompanyem?

Si la figura de la monitora és cabdal en aquest concepte, és justament, perquè és un referent i un exemple, un model a seguir. I per arribar a ser-ho cal:

1. Una actitud proactiva, una disponibilitat física i emocional per atendre les necessitats dels infants.
2. Imaginació per tal de crear espais de participació reals dels infants (assemblees, bústies de suggeriment, enquestes, desitjos...) i generar vincles.
3. Capacitat d'observació i anàlisi per entendre la potencialitat, el moment present, la intenció darrere l'acció i l'estat emocional de l'infant.
4. Confiança en les seves capacitats, acceptar la manera de ser de tothom. L'errada com una oportunitat de millora.
5. Respectant el ritme de creixement, generar espais de confiança i diàleg, que mitjançant, l'empatia i l'assertivitat, proporcionin límits i capacitat de reflexió per esdevenir persona.

Estem orgullosos de tenir aquesta feina.

José Catalán Arnau

Cap del Departament de coordinació pedagògica

Què més pot ser...?

Volem compartir amb vosaltres un joc d'improvisació i d'imaginació per a petits i grans!

Tots sabem que un llençol serveix per tapar-nos quan estem al llit, però què més pot fer? Què més pot ser? Una vela, una cabana, també una pantalla per fer ombres xineses, pot ser una paret o un vestit i, fins i tot podem simular una onada del mar...

Si us animeu a fer aquesta activitat, necessitareu material molt variat com per exemple:

- Pilotes
- Una sabata
- Una ampolla d'aigua
- Una caixa de sabates
- Un globus
- Etc.

Com ho fem?

Fem una rotllana al voltant dels objectes que hem escollit. Quan estiguem preparats comença un de nosaltres agafant el primer objecte que vulgui, a la vegada que imagina i representa per a què més podria servir! Podrem fer voltar l'objecte tantes vegades com idees us vinguin al cap i, en acabar, el deixem al centre i tornem a començar amb un altre!

Us animem a gaudir d'aquest moment de riures assegurats!



Abril 2019

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
 <p>23 Sopa de llegendes i poemes Delícies de drac Pastís de Sant Jordi</p> <p>i per sopar... Salmó al forn amb espàrrecs verds i patates Fruita de temporada</p>	<p>24 Llenties estofades amb pastanaga i patates Truita a la francesa Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Crema de porros Pollastre a la planxa amb compota de poma Fruita de temporada</p>	<p>25 Arròs amb verduretes Filet de lluç amb ceba, all i llorer al forn Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Espinacs amb cigrons, panses i pinyons Fruita de temporada</p>	<p>26 Amanida camperola de patata (tomàquet vermell, tonyina, ceba tendra i olives verdes) Gall dindi guisat amb xampinyons i pastanagues Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Sopa de pistons Sardines al forn amb tomàquet amanit Fruita de temporada</p>	
<p>29 Arròs a la cassola Llom de salmó al forn amb oli d'oliva i anet Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Puré de carbassa i brie Magra de porc a la planxa amb salsa de tomàquet Fruita de temporada</p>	<p>30 Espirals a la carbonara amb formatge ratllat Ous farcits de tonyina i olives verdes Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga logurt natural</p> <p>i per sopar... Coliflor al vapor Rap a la planxa amb patata al caliu Macedònia de fruites</p>	<p>1 Maig FESTA</p>	<p>2 Maig Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn Canelons gratinats amb beixamel Maduixes amb suc</p> <p>i per sopar... Arròs amb verduretes i sípia logurt natural amb avellanes</p>	<p>3 Maig Mongetes seques estofades amb pastanagues Cruixents de pollastre arrebossat Rodanxetes de tomàquet i olives negres amanides amb oli d'oliva i orenga Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Gaspatxo Pizza casolana integral amb xampinyons i formatge Fruita de temporada</p>

Maig 2019

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>6</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Croquetes de cigrons casolanes Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Crema de verdures Gall dindi a la planxa Fruita de temporada</p>	<p>7</p> <p>Amanida russa amb ou dur, tonyina i olives verdes (maionesa opcional) Pollastre rostit de Corral amb verdures i herbes aromàtiques Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Sopa amb verdures i pistons Seitons arrebossats Fruita de temporada</p>	<p>8</p> <p>Lenties estofades amb arròs Trita de carbassó i ceba Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i pastanaga Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Amanida d'arròs amb hortalisses i fruits secs variats logurt natural</p>	<p>9</p> <p>Tallarines camperes amb formatge ratllat Filet de lluç al forn amb salsa verda Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres logurt natural</p> <p>i per sopar...</p> <p>Graella de verdures amb salsa romesco Pollastre al forn amb patates Macedònia de fruita</p>	<p>10</p> <p>Espinacs amb patata Fricandó de vedella amb xampinyons Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Puré de patates Rodanxes de tomàquet amb olives i truita cargolada Fruita de temporada</p>
<p>13</p> <p>Patata, ou dur (maionesa opcional) Llom de bacallà amb samfaina (tomàquet, albergínia, carbassó, ceba i pebrot verd i vermell) Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Saltat de verdures amb arròs i cigrons Macedònia de fruites</p>	<p>14</p> <p>Crema de cigrons Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro logurt natural</p> <p>i per sopar...</p> <p>Amanida de quinoa, hortalisses i bonitol Fruita de temporada</p>	<p>15</p> <p>Espaguetis amb salsa de formatges Trita de patata i ceba Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Sopa d'hortalisses Hamburguesa de vedella 100% i tires de moniato al forn Fruita de temporada</p>	<p>16</p> <p>Mongeta tendra amb patata Llom de porc al forn amb salsa d'ametlles Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Amanida de cigrons i tomàquet Croquetes de bacallà casolanes logurt natural</p>	<p>17</p> <p>Amanida verda amb formatge i pipes Estofat de pollastre amb guarnició d'arròs blanc Maduixes amb suc</p> <p>i per sopar...</p> <p>Pasta freda amb hortalisses i ou dur Fruita de temporada</p>
<p>20</p> <p>Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn Pollastre de Corral al forn amb ceba Patates xips Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Amanida de patates, hortalisses i pernil cuit Fruita de temporada</p>	<p>21</p> <p>Arròs xinés Llom de tonyina al forn amb salsa de tomàquet i herbes aromàtiques Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Bròquil amb carbassa i patata al vapor Trita de formatge Macedònia de fruites</p>	<p>22</p> <p>Amanida alemanya Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Amanida verda amb fruits secs Remenat d'ou amb xampinyons i porros Fruita de temporada</p>	<p>23</p> <p>Saltat de pèsols, patata, ceba i pernil salat Fregidets d'abadejo Rodanxes de tomàquet i olives verdes amanides amb oli d'oliva i orenga logurt natural</p> <p>i per sopar...</p> <p>Amanida d'arròs amb pinya i daus de salmó Macedònia de fruita</p>	<p>24</p> <p>Macarrons integrals a la napolitana amb formatge ratllat Trita de xampinyons Enciams variats amanits amb col llombarda i api Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Amanida grega Lluç al forn amb patates Fruita de temporada al forn amb canyella</p>
<p>27</p> <p>Lenties estofades amb arròs Trita de bacallà Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Espinacs saltats al wok amb rap arrebossat i patata al caliu Fruita de temporada</p>	<p>28</p> <p>Sopa de fideus Cruixents de pollastre arrebossat Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Flamet de quinoa Orada al forn amb ceba i pastanaga Fruita de temporada</p>	<p>29</p> <p>Mongeta tendra amb patata Hamburguesa de vedella a la planxa amb salsa de xampinyons Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Sopa de pistons Llobarro al forn amb tomàquet Fruita de temporada</p>	<p>30</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Filet de lluç a la planxa Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar...</p> <p>Bledes amb patates saltades amb allet Llom de porc de dos colors guisats amb pebrot vermell escalivat Fruita de temporada</p>	<p>31</p> <p>Amanida russa amb ou dur, tonyina i olives verdes (maionesa opcional) Gall dindi guisat amb xampinyons i pastanagues Postres d'aniversari</p> <p>i per sopar...</p> <p>Hummus amb "dips" vegetals Pa amb tomàquet i formatges Fruita de temporada amb xocolata negra</p>

Juny 2019

(Calendari escolar genèric. No inclou les festes locals i de lliure elecció del centre)

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>3</p> <p>Arròs saltat amb cansalada Trita de patata i carbassó Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Amanida de patata, tomàquet, ceba, pebrot verd i bonitol Fruita de temporada</p>	<p>4</p> <p>Bròquil amb patata Calamars a la romana Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Pèsols amb cebeta Magra de porc a la planxa amb salsa de tomàquet Macedònia de fruites</p>	<p>5</p> <p>Espirals a la carbonara amb formatge ratllat Cuixa de pollastre a la planxa Rodanxetes de tomàquet i olives negres amanides amb oli d'oliva i orenga Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Amanida Russa completa Fruita de temporada</p>	<p>6</p> <p>Empedrat (mongetes seques, pastanaga, olives verdes i tonyina) Llom de bacallà amb samfaina (tomàquet, albergínia, carbassó, ceba i pebrot verd i vermell) amb patates panadera Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Amanida verda Trita de patata i ceba Fruita de temporada</p>	<p>7</p> <p>DINAR DE FESTA MAJOR</p> <p>i per sopar... Gaspaxo Lluç al forn amb patates Fruita de temporada</p>
<p>10</p> <p>Patata i pèsols (amb maionesa opcional) Gall dindi guisat a la jardinera Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Arròs amb xampinyons Trita de pebrots Fruita de temporada</p>	<p>11</p> <p>Macarrons integrals a la napolitana amb formatge ratllat Filet de lluç a la planxa Enciams variats amanits amb raves i tomàquet verd Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Amanida de lleties amb tomàquet, ceba, pebrot i ou dur Iogurt natural</p>	<p>12</p> <p>Mongeta tendra amb patata Mandonguilles de vedella a la jardinera Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Pasta integral saltada amb gambes i alls tendres Formatge fresc i rodanxes de tomàquet Fruita de temporada</p>	<p>13</p> <p>Arròs a la cassola Ous farcits de tonyina i olives verdes Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Vichysoise Conill al forn amb herbetes Fruita de temporada</p>	<p>14</p> <p>Sopa amb meravella Cruixents de pollastre arrebossat Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i pastanaga Postres d'aniversari</p> <p>i per sopar... Amanida de quinoa amb cigrons, llavors de sèsam i vinagreta Macedònia de fruites</p>
<p>17</p> <p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Filet de gall dindi arrebossat Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Flamet de quinoa Remenat d'ou amb verdures Fruita de temporada</p>	<p>18</p> <p>Amanida russa amb ou dur, tonyina i olives verdes (maionesa opcional) Filet de lluç al forn amb salsa de tomàquet Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Crema tèbia de verdures Bistec de vedella a la planxa Macedònia de fruita</p>	<p>19</p> <p>Lleties estofades amb arròs Trita de formatge Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Suc de tomàquet Gall dindi a la planxa i patates fregides Fruita de temporada</p>	<p>20</p> <p>Crema de verdures de temporada amb rostes de pa al forn Botifarra de porc al forn Enciams variats amanits amb raves i pastanaga Fruita de Temporada</p> <p>i per sopar... Amanida d'arròs amb hortalisses i fruits secs Fruita de temporada</p>	<p>21</p> <p>DINAR DE REVETLLA</p> <p>i per sopar... Pastís de carn, patata i tomàquet gratinat Brotxeta de fruites de colors</p>



El nostre compromís: LA QUALITAT

Des dels seus inicis, 7 i TRIA s'ha configurat com una entitat a la recerca de la qualitat, entesa com un esforç continuat en la millora dels serveis prestats als nostres clients i usuaris. Per a 7 i TRIA, "qualitat" és idear projectes diferents i innovadors, que aportin valor a l'educació dels infants i complementin el treball realitzat pels centres escolars; és ser cada cop millors i més pròxims als nostres clients.

A mesura que l'empresa ha anat creixent, aquesta idea intuïtiva d'oferir "qualitat", s'ha anat sistematitzant. A poc a poc s'ha imbuït en la forma de treballar de l'organització, en la manera de plantejar els projectes i prestar els nostres serveis. Passa de ser un valor de referència a convertir-se en un mètode de treball, en la definició de pautes a seguir i d'uns objectius a complir, orientats a millorar la satisfacció de clients i usuaris i a optimitzar l'eficàcia i eficiència dels nostres processos interns. Passem de la bona voluntat a l'obligació de treballar seguint uns criteris definits i documentats, que es revisen i que es milloren segons l'experiència i retroacció d'infants, AFA i món educatiu.

Finalment, per optimitzar la qualitat que s'ofereix als infants, famílies i centres escolars, es va decidir implantar un Sistema de Gestió de la Qualitat i Ambiental basat en les normes ISO 9001 (Sistema de Gestió de la Qualitat), ISO 14001 (Sistema de Gestió Ambiental) i 22000 (Gestió de seguretat alimentària). Aquestes normes descriuen una sèrie de requeriments que l'organització ha de fer seus i demostrar que els està complint.

Seguim uns criteris definits i documentats, que es revisen i que es milloren segons l'experiència i retroacció d'infants, AFA i món educatiu



Per a 7 i TRIA, "qualitat" és ser cada cop millors i més pròxims als nostres clients

7 i TRIA està certificada des de l'any 2013. En tot cas, la certificació és un inici, un punt de partida, d'un esforç continuat on participen totes les persones de l'entitat. I cada any ens auditen per comprovar que mantenim i millorem els nostres estàndards de qualitat, respecte ambiental i seguretat alimentària.

Anualment, una entitat certificadora (reconeguda oficialment) revisa la nostra forma de treballar i certifica que complim amb aquestes normes. És a dir, acredita que l'empresa treballa amb uns estàndards mínims de qualitat, respecte ambiental i correcta manipulació dels aliments i menús elaborats.

En aquest camí cap a l'excel·lència és essencial la comunicació amb tots els agents que s'interrelacionen amb 7 i TRIA, amb especial atenció a les famílies, AFA i centres escolars. Així, s'analitzen i es dona resposta a totes les reclamacions, ens reunim periòdicament amb els responsables de l'AFA i centre escolar per valorar el servei i registrar possibles queixes i oportunitats de millora, hem ideat una app per poder-nos comunicar i informar a les famílies, etc. Tota aquesta informació és la base per poder millorar oferint un servei més adaptat a les necessitats i preferències dels nostres clients.

Què més fem?

- Auditem les nostres cuines per comprovar que es treballa d'acord amb les pautes definides, que els aliments estan correctament conservats i manipulats, que es porten a terme els controls especificats per garantir la innocuïtat del aliments i plats servits.
- Definim plans de millora, comprovem que s'estan realitzant i si s'ha obtingut el resultat esperat.
- Registrem i analitzem les reclamacions, errors interns i errors de proveïdors. Establim correccions i comprovem que les accions han funcionat.
- Fem un seguiment de l'eficàcia dels processos a través d'una bateria d'indicadors. Si el resultat no compleix objectius, es defineixen accions correctives.
- Valorem la satisfacció dels nostres clients a través de les comissions de menjador.
- Identifiquem i valorem els nostres impactes ambientals.
- Avaluem periòdicament els nostres proveïdors per garantir que el seu producte i servei compleix uns mínims.
- Revisem, verifiquem i validem els nous projectes educatius.

Quins són els nostres objectius?

- Ser cada cop més útils als nostres clients i al món educatiu en general.
- Ser cada cop més eficients, aconseguir millors resultats amb menys recursos.
- Minimitzar les reclamacions dels nostres clients.
- Minimitzar els errors interns i de proveïdors.
- Oferir un servei de qualitat, adaptat a les necessitats i expectatives de tots els nostres clients, ja siguin infants, famílies, AFA o centres escolars.

Com aconseguir aquestes fites?

- Per aconseguir aquestes fites és imprescindible la col·laboració i participació de totes les persones que formen 7 i TRIA, amb especial atenció als equips educatiu i de cuina. Sense vosaltres no seria possible.

Xavi Campos

Responsable de Qualitat de 7 i TRIA

En aquest camí cap a l'excel·lència és essencial la comunicació amb tots els agents que s'interrelacionen amb 7 i TRIA, amb especial atenció a les famílies



ANIMA'T A PARTICIPAR!

Ara ens pots trobar a:  



Cuinem emocions: alvocats farcits



Benvolgudes famílies,
Obrim una nova secció a la revista trimestral de 7 i TRIA, Cuinem emocions, una secció de receptes elaborades i explicades per infants i joves.
Aquí trobareu senzilles i pràctiques receptes de temporada, totes amanides amb un toc d'emoció, un raig d'il·lusió i un polsim de màgia dels nostres petits xefs.
Esperem despertar la vostra gana i, sobretot, la curiositat

i les ganes de cuinar-les a casa en família. Animeu-vos i compartiu els vostres resultats a les xarxes socials de Facebook i Twitter! #cuinem7iTRIA
Aquest trimestre us presentem el Pablo i la Maria, que per un dia es van convertir en cuiners, fotògrafs, dibuixants i reporters per explicar-nos en primera persona la seva experiència als fogons...



ALVOCATS FARCITS

INGREDIENTS: PER A 4 PERSONES

- ✓ 4 Alvocats madurs
- ✓ 2 Llaunes de tonyina
- ✓ 4 Palets de cranc
- ✓ 1 Pot de maionesa
- ✓ Si cal, oli i sal
- ✓ 4 Ous



ESTRIS:

- ✓ Ganivet
- ✓ Bol
- ✓ Plat
- ✓ Cullera
- ✓ Forquilla

CUINERS/ES:

Maria Gómez, 12 anys
Pablo Gómez, 8 anys

ELABORACIÓ: EPS! Amb la supervisió dels adults...

Posem a bullir a foc mitjà els 4 ous amb aigua.
Tallem per la meitat els 4 alvocats, amb molta cura perquè necessitarem aquestes bases per farcir, després els traiem el pinyol i reservem les closques en un plat.
Xafem amb la forquilla els alvocats, afegim les 2 llaunes de tonyina, posem 3 ó 4 cullerades soperes de maionesa, tallem els palets de cranc petits i ho barregem tot.
Al cap de 15-20 min aprox. traiem els ous del foc i els pelem. En tallem dos a trossos petits i als dos restants els traiem el rovell i els reservem i tallem la resta de l'ou.
Amb una cullera farcim les barquetes dels alvocats, acabem ratllant els rovells d'ou per sobre. I ara sí, que vagi de gust!

Bon dia, és diumenge, són les 11h. Avui el Pablo i jo, la Maria, ens hem llevat amb ganes de cuinar en família.
Us proposem: Alvocats farcits.
Una recepta de cara al bon temps, fàcil de fer i boníssima...