



Mengem Territori

2026/2027

Collabora:





Tanesi Aitana Navarro Zelaya
5ºA de Primaria
CEIP Mestalla

Setembre

2026

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			
Dia Internacional de Conscienciació sobre la Pèrdua i el Desaprofitament d'Aliments						

Consum preferent i habitual:

Verdures:

Albergínia
Porro
All
Bajoca
Bleda
Carabassa
Carabasseta
Carlota
Carxofa
Ceba
Cogombre
Encisam
Pimentó
Remolatxa
Tomaca

Fruïtes:

Bresquilla
Caqui
Magrana
Mandarina
Mango
Nectarina
Pera
Plàtan
Poma
Pruna
Raïm
Meló d'Alger
Meló



Amber Celeste Lasso Ramirez
5ºB de Primaria
Col·legi Santo Tomás de Villanueva Agustinos Valencia

Octubre

2026

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Consum preferent i habitual:

- Verdures:

Albergínia
Porro
All
Fesol tendre
Bleda
Bròcoli
Carabassa
Carlota
Carxofa
Ceba
Col
Espinac
Coliflor
Encisam
Pimentó
Rave
Remolatxa
Tomaca
- Fruïtes:

Alvocat
Pomelo
Caqui
Kiwi
Llima
Magrana
Mandarina
Mango
Pera
Plàtan
Poma
Raïm
Taronja
Xirimoia
Meló de tot l'any



i CAQUI!



Mateo Riera Vizcaíno

6ºA de Primària
Col·legi Santo Tomás de Villanueva Agustinos Valencia

Novembre

2026

Dilluns Dimarts Dimecres Dijous Divendres Dissabte Diumenge

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/31	24	25	26	27	28	29

Dia Mundial del Dietista - Nutricionista

Consum preferent i habitual:

Verdures:

Albergínia
Porro
All
Bleda
Bròcoli
Carabassa
Carlota
Carxofa
Ceba
Col
Espinac
Coliflor
Encisam
Pimentó
Rave
Remolatxa
Tomaca

Fruites:

Alvocat
Pomelo
Caqui
Kiwi
Llima
Magrana
Mandarina
Mango
Pera
Plàtan
Poma
Raïm
Taronja
Xirimoia
Meló





*¡Come bien,
come fruta!*

Esther Bueso Grancha

6ºA de Primaria
Col·legi Santo Tomás de Villanueva Agustinos Valencia

Desembre

2026

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10 Dia dels Drets Humans (Dret a l'Alimentació)	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

**Consum preferent
i habitual:**

Verdures:

Porro
All
Bleda
Bròcoli
Carabassa
Carlota
Carxofa
Ceba
Col
Espinac
Coliflor
Enciam
Rave
Remolatxa

Fruites:

Alvocat
Pomelo
Caqui
Kiwi
Llimona
Mandarina
Mango
Pera
Plàtan
Poma
Raïm
Taronja
Xirimoia





Paula Pelluz López
1ºB de Primaria
CEIP Mestalla

Gener

2027

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24 Dià Internacional de l'Educació
25	26	27	28	29	30	31

Consum preferent i habitual:

- Verdures:**
Porro
All
Api
Bleda
Bròcoli
Carabassa
Carlota
Carxofa
Ceba
Col
Espinac
Faves
Encisam
Rave
Remolatxa
- Fruites:**
Alvocat
Pomelo
Kiwi
Llima
Mandarina
Plàtan
Taronja





Maiia Spitsyna
1ºB de Primària
Col·legi Santo Tomás de Villanueva Agustinos Valencia

Febrer2027

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10 Dia de les Llegums	11	12 Dia del Desdejuni	13	14
15	16 Dia del Pistatxo	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

Consum preferent i habitual:

Verdures:
Porro
All
Api
Bleda
Bròcoli
Carabassa
Carlota
Carxofa
Ceba
Col
Espàrrec
Espinac
Faves
Encisam
Coliflor
Rave
Remolatxa

Fruïtes:
Alvocat
Pomelo
Kiwi
Llima
Mandarina
Plàtan
Taronja



Marcos Pellicer Alonso

2º de Primaria
Col·legi Santo Tomás de Villanueva Agustinos Valencia

Març

2027

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
1	2	3 Dia Mundial dels Cereals	4	5	6	7
8	9 Dia Mundial de la Truita de Creïlles	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20 Dia Mundial sense Carn	21
22 Dia Mundial de l'Aigua	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Consum preferent i habitual:

Verdures:

Porro
All
Api
Bleda
Bròcoli
Carabassa
Carlota
Carxofa
Ceba
Col
Espàrrec
Espinac
Faves
Encisam
Coliflor
Pèsol (llegum)
Rave

Fruites:

Alvocat
Pomelo
Kiwi
Llima
Mandarina
Plàtan
Taronja
Maduixa





Sonia Gànem Folgado
2ºA de Primària
Col·legi Santo Tomás de Villanueva Agustinos Valencia

Abril

2027

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
			1	2	3	4
5	6	7 Dia Mundial de la Salut	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Consum preferent i habitual:

Verdures:
Porro
All
Api
Bajoqueta
Bleda
Bròcoli
Carlota
Carxofa
Ceba
Col
Cogombre
Espàrrec
Faves
Coliflor
Encisam
Pèsol (llegum)
Rave

Fruites:
Alvocat
Pomelo
Cirera
Llima
Mandarina
Nispro
Plàtan
Taronja
Maduixa



Alisa Kovalchuk

3ºB de Primaria
CEIP Mestalla

Maig

2027

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30
					Dia de la Nutrició	

Consum preferent i habitual:

Verdures:

Porro
All
Bajoqueta
Bleda
Bròcoli
Carabasseta
Carlota
Carxofa
Ceba
Col
Cogombre
Espàrrec
Faves
Coliflor
Encisam
Pimentó
Pésol (llegum)
Rave
Remolatxa
Tomaca

Fruites:

Albercoc
Alvocat
Pomelo
Bresquilla
Cirera
Llima
Nectarina
Nispro
Plàtan
Pruna
Taronja
Maduixa



Maia Martin Garrido
3ºA de Primaria
Col·legi Santo Tomás de Villanueva Agustinos Valencia

Juny 2027

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
	1	2	3	4	5 Dia Mundial del Medi Ambient	6
7 Dia Mundial de la Seguretat Alimentària	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18 Dia de la Gastronomia Sostenible	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Consum preferent i habitual:

- Verdures:**
Albergínia
Porro
All
Bajoqueta
Carabasseta
Carlota
Ceba
Cogombre
Encisam
Pimentó
Rave
Remolatxa
Tomaca
- Fruïtes:**
Albercoc
Bresquilla
Cirera
Llima
Nectarina
Nispro
Pera
Plàtan
Pruna
Taronja
Maduixa
Meló de tot l'any
Meló d'Alger





Maria Sanchez Pons
4º de Primaria
Col·legi Puertolas Pardo

Juliol

2027

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
			1	2	3	4
			Dia Internacional de la Fruita			
5	6	7	8	9	10	11
				Dia Mundial de l'Orxata		
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
		Dia Mundial del Gaspacho				
26	27	28	29	30		

Consum preferent i habitual:

Verdures:
Albergínia
All
Bajoqueta
Carabasseta
Carlota
Ceba
Cogombre
Encisam
Pimentó
Remolatxa
Tomaca

Fruites:
Albercoc
Bresquilla
Llima
Nectarina
Pera
Plàtan
Poma
Pruna
Raïm
Maduixa
Meló d'Alger
Meló de tot l'any



Antonio Andrés Toma
4ºA de Primaria
CEIP Mestalla

Agost

2027

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

Consum preferent i habitual:

Verdures:

Albergínia

All

Bajoqueta

Carabassa

Carabasseta

Carlota

Ceba

Cogombre

Encisam

Pimentó

Remolatxa

Tomaca

Fruïtes:

Albercoc

Bresquilla

Nectarina

Pera

Plàtan

Poma

Pruna

Raïm

Maduixa

Meló

Meló d'Alger

Si necessites un **dietista-nutricionista**
perquè t'ajude amb la teua **alimentació**,
escaneja el següent **QR**



Septembre



Octubre



Novembre



Desembre



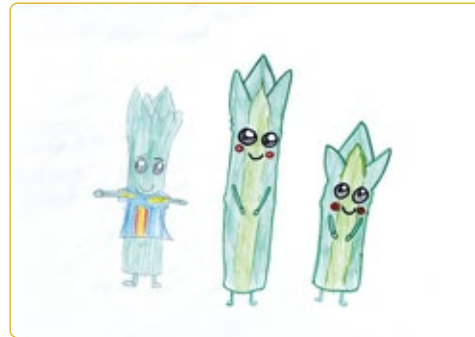
Gener



Febrer



Març



Abril



Maig



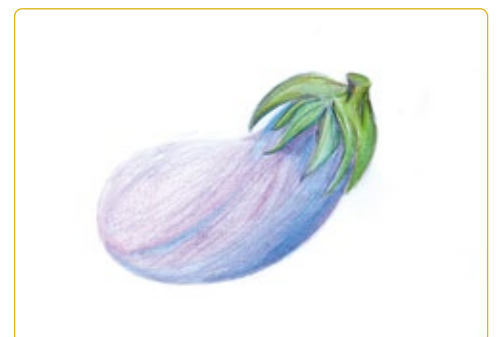
Juny



Juliol



Agost



Llistat de fruites i verdures de consum preferent i habitual a la Comunitat Valenciana, extret de la Conselleria d'Agricultura, Desenvolupament Rural, Emergència Climàtica i Transició Ecològica de la Generalitat Valenciana en 2022.