

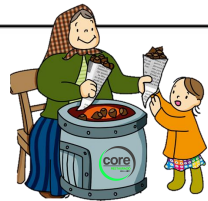


# INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE




OCTUBRE 2023

## MENÚ BASAL

| dilluns  | dimarts   | dimecres  | dijous  | divendres  |
|--|---|---|---|--|
| <p>2</p> <p>Mongeta tendra amb patata<br/>Pollastre a l'ast<br/>Enciam i olives<br/>Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>  | <p>3</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet<br/>Bacallà forn oli de pebre vermell<sup>4</sup><br/>Enciam ecològic i pastanaga<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p>ECO</p>                                | <p>4</p> <p>Patates estofades<br/>(pebrot, ceba, pastanaga)<br/>Llom amb allada<br/>Enciam ecològic i cogombre<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p> <p>ECO</p>       | <p>5</p> <p>Lenties ecològiques amb<br/>verdures<br/>(tomàquet, ceba, pebrot)<br/>Hamburguesa d'au al forn<sup>12</sup><br/>Enciam ecològic i blat de moro<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p>ECO</p> | <p>6</p> <p>Espaguetis amb carbonara<br/>vegetal de xampinyons<sup>1,3</sup><br/>Truita de patates<sup>3</sup><br/>Enciam ecològic i espàrrecs<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p>ECO</p>  |
| <p>9</p> <p>Arròs tres delícies<br/>(pastanaga, pèsols, blat de moro)<br/>Escalopa Cordon bleu<sup>1,3,7</sup><br/>(gall dindi farcit de formatge)<br/>Enciam i olives<br/>Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p> | <p>10</p> <p>Mongeta seca amb verdures<br/>(pastanaga, ceba, tomàquet)<br/>Salsitxes d'au al forn<sup>12</sup><br/>Enciam ecològic i pastanaga<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p> <p>ECO</p> | <p>11</p> <p>Pasta eco a la napolitana<sup>1</sup><br/>Truita francesa<sup>3</sup><br/>Enciam ecològic i blat de moro<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p>ECO</p>          | <p>12</p> <p><b>FESTIU</b></p>  | <p>13</p> <p><b>LLIURE ELECCIÓ</b></p>   |
| <p>16</p> <p>Espirals amb salsa de<br/>formatge<sup>1,3,7</sup><br/>Lluç al forn amb all i julivert<sup>4</sup><br/>Enciam i pastanaga<br/>Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>                                 | <p>17</p> <p>Bròquil eco amb patata<br/>Pernillets de pollastre forn<br/>amb herbes provençals<br/>Enciam ecològic i espàrrecs<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p>ECO</p>                           | <p>18</p> <p>Arròs amb verdures<br/>(carbassó, pastanaga, porro)<br/>Llom al forn<br/>Enciam ecològic i blat de moro<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p> <p>ECO</p> | <p>19</p> <p>Cigrons estofats<br/>(tomàquet, ceba, pebrot)<br/>Truita de carbassó<sup>3</sup><br/>Enciam ecològic i olives<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p>ECO</p>                                 | <p>20</p> <p>Crema de verdures<br/>(mongeta tendra, carbassó, pastanaga, patata)<br/>Hamburguesa de vedella forn<sup>12</sup><br/>Patates grilló forn<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p>ECO</p>   |
| <p>23</p> <p>Lenties estofades<br/>(tomàquet, ceba, pebrot)<br/>Pollastre a la llimona<sup>12</sup><br/>Enciam i pastanaga<br/>Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>   | <p>24</p> <p>Arròs amb tomàquet<br/>Bacallà amb oli de pebre<br/>vermell<sup>4</sup><br/>Enciam ecològic i olives<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p> <p>ECO</p>                              | <p>25</p> <p>Bledes amb patata<br/>Fricandó de vedella amb<br/>pastanaga i xampinyons<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p>ECO</p>  | <p>26</p> <p>Fideuà<sup>1,3,4,14</sup><br/>Truita de patates<sup>3</sup><br/>Enciam ecològic i espàrrecs<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p>ECO</p>   | <p>27</p> <p><b>Celebrem<br/>La Castanyada</b><br/>Crema de carbassa eco<br/>Pizza margarita<sup>1,7</sup><br/>Grillons de moniato<br/>Pa<sup>1</sup></p> <p>ECO</p>  |
| <p>30</p> <p>Espaguetis amb salsa de<br/>tomàquet<br/>Lluç arrebossat<sup>1,3,4</sup><br/>Enciam i blat de moro<br/>Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>  | <p>31</p> <p>Brou d'au amb pasta eco<sup>1,9</sup><br/>Pollastre al forn<br/>Patata al forn<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p> <p>ECO</p>  |   |   |  |

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral




Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:  
Poma, pera, mandarina, taronja, plàtan canari

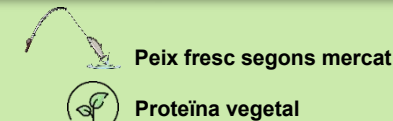
El lacti serà iogurt artesà del Bages



Al·lèrgens : reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



1 GLUTEN 2 CRUSTACIS 3 OUS 4 PEIX 5 CACAUETS 6 SOJA 7 LLET 8 FRUITS DE CLOSCA 9 API 10 MOSTASSA 11 SÈSAM 12 SULFITS 13 TRAMUSSOS 14 MOL-LUSC



El menú s'ha elaborat seguint les recomendacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya




# INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



OCTUBRE 2023

## MENÚ SENSE GLUTEN

| dilluns   | dimarts   | dimecres   | dijous   | divendres   |
|---|---|--|--|---|
| 2<br>Mongeta tendra amb patata<br>Pollastre a l'ast<br>Enciam i olives<br>Pa s/gluten i lacti artesà <sup>7</sup>   | 3<br>Arròs amb salsa de tomàquet<br>Bacallà forn oli de pebre vermell <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa s/gluten i fruita                                      | 4<br>Patates estofades<br>(pebrot, ceba, pastanaga)<br>Llom amb allada<br><b>Enciam ecològic</b> i cogombre<br>Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b>       | 5<br><b>Lenties ecològiques</b> amb<br>verdures<br>(tomàquet, ceba, pebrot)<br>Hamburguesa d'au al forn <sup>12</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa s/gluten i fruita | 6<br>Pasta s/gluten amb carbonara<br>vegetal de xampinyons<br>Truita de patates <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa s/gluten i fruita    |
| 9<br>Arròs tres delícies<br>(pastanaga, pèsols, blat de moro)<br>Gall dindi al forn amb all i julivert <sup>4</sup><br>Enciam i olives<br>Pa s/gluten i lacti artesà <sup>7</sup> | 10<br>Mongeta seca amb verdures<br>(pastanaga, ceba, tomàquet)<br>Salsitxes d'au al forn <sup>12</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b> | 11<br>Pasta s/gluten a la napolitana<br>Truita francesa <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa s/gluten i fruita                      | 12<br><b>FESTIU</b>  | 13<br><b>LLIURE ELECCIÓ</b>   |
| 16<br>Pasta s/gluten amb salsa de<br>formatge <sup>7</sup><br>Lluç al forn amb all i julivert <sup>4</sup><br>Enciam i pastanaga<br>Pa s/gluten i lacti artesà <sup>7</sup>       | 17<br>Bròquil amb patata<br>Pernilets de pollastre forn<br>amb herbes provençals<br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa s/gluten i fruita  | 18<br>Arròs amb verdures<br>(carbassó, pastanaga, porro)<br>Llom al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b> | 19<br>Cigrons estofats<br>(tomàquet, ceba, pebrot)<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa s/gluten i fruita                                       | 20<br>Crema de verdures<br>(mongeta tendra, carbassó, pastanaga, patata)<br>Hamburguesa de vedella forn <sup>12</sup><br>Patates gajo<br>Pa s/gluten i fruita |
| 23<br>Lenties estofades<br>(tomàquet, ceba, pebrot)<br>Pollastre a la llimona <sup>12</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa s/gluten i lacti artesà <sup>7</sup>      | 24<br>Arròs amb tomàquet<br>Bacallà amb oli de pebre<br>vermell <sup>4</sup><br>Enciam i olives<br>Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b>  | 25<br>Bledes amb patata<br>Fricandó de vedella amb<br>pastanaga i xampinyons<br>Pa s/gluten i fruita   | 26<br>Fideuà s/gluten <sup>4,14</sup><br>Truita de patates <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa s/gluten i fruita  | 27<br><b>Celebrem<br/>La Castanyada</b><br>Crema de carbassa<br>Pizza s/gluten margarita <sup>7</sup><br>Grillons de moniato<br>Pa <sup>1</sup>               |
| 30<br>Pasta s/gluten amb salsa de<br>tomàquet<br>Lluç al forn amb all i julivert <sup>4</sup><br>Enciam i blat de moro<br>Pa s/gluten i lacti artesà <sup>7</sup>                 | 31<br>Brou d'au amb pasta s/gluten <sup>9</sup><br>Pollastre al forn<br>Patata al forn<br>Pa s/gluten i fruita  |  |  |    |


- ✓ Tots els plats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir **crostons**
- ✓ En les pastes s'ofereix **formatge ratllat**
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix **pa integral**

Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:  
Poma, pera, mandarina, taronja, plàtan canari

El lacti serà iogurt artesà del Bages




Al·lèrgens : reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



1 GLUTEN 2 CRUSTACIS 3 OUS 4 PEIX 5 CACAUETS 6 SOJA 7 LLET 8 FRUITS DE CLOSCA 9 API 10 MOSTASSA 11 SÈSAM 12 SULFITS 13 TRAMUSSOS 14 MOL-LUSC

 Peix fresc segons mercat

 Proteïna vegetal

El menú s'ha elaborat seguint les recomendacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya



# INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



OCTUBRE 2023

## MENÚ HALAL

| dilluns  | dimarts  | dimecres   | dijous  | divendres  |
|--|--|--|---|--|
| <p>2</p> <p>Mongeta tendra amb patata<br/>Pollastre halal a l'ast<br/>Enciam i olives<br/>Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>  | <p>3</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet<br/>Bacallà forn oli de pebre vermell<sup>4</sup><br/>Enciam ecològic i pastanaga<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p>                                      | <p>4</p> <p>Patates estofades<br/>(pebrot, ceba, pastanaga)<br/>Gall dindi halal amb allada<br/>Enciam ecològic i cogombre<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p>       | <p>5</p> <p>Llenties ecològiques amb<br/>verdures<br/>(tomàquet, ceba, pebrot)<br/>Hamburguesa d'au halal al forn<sup>12</sup><br/>Enciam ecològic i blat de moro<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p> | <p>6</p> <p>Espaguetis amb carbonara<br/>vegetal de xampinyons<sup>1,3</sup><br/>Truita de patates<sup>3</sup><br/>Enciam ecològic i espàrrecs<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p>           |
| <p>9</p> <p>Arròs tres delícies<br/>(pastanaga, pèsols, blat de moro)<br/>Escalopa Cordon bleu<sup>1,3,7</sup><br/>(gall dindi farcit de formatge)<br/>Enciam i olives<br/>Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p> | <p>10</p> <p>Mongeta seca amb verdures<br/>(pastanaga, ceba, tomàquet)<br/>Salsitxes d'au halal al forn<sup>12</sup><br/>Enciam ecològic i pastanaga<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p> | <p>11</p> <p>Macarrons a la napolitana<sup>1,3</sup><br/>Truita francesa<sup>3</sup><br/>Enciam ecològic i blat de moro<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p>                    | <p>12</p> <p><b>FESTIU</b></p>  | <p>13</p> <p><b>LLIURE ELECCIÓ</b></p>   |
| <p>16</p> <p>Espirals amb salsa de<br/>formatge<sup>1,3,7</sup><br/>Lluç al forn amb all i julivert<sup>4</sup><br/>Enciam i pastanaga<br/>Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>                                 | <p>17</p> <p>Bròquil amb patata<br/>Pernilets pollastre halal forn<br/>amb herbes provençals<br/>Enciam ecològic i espàrrecs<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p>                                   | <p>18</p> <p>Arròs amb verdures<br/>(carbassó, pastanaga, porro)<br/>Gall dindi halal al forn<br/>Enciam ecològic i blat de moro<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p> | <p>19</p> <p>Cigrons estofats<br/>(tomàquet, ceba, pebrot)<br/>Truita de carbassó<sup>3</sup><br/>Enciam ecològic i olives<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p>  | <p>20</p> <p>Crema de verdures<br/>(mongeta tendra, carbassó, pastanaga, patata)<br/>Hamburguesa vedella halal forn<sup>12</sup><br/>Patates grilló forn<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p> |
| <p>23</p> <p>Llenties estofades<br/>(tomàquet, ceba, pebrot)<br/>Pollastre halal a la llimona<sup>12</sup><br/>Enciam ecològic i pastanaga<br/>Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>                             | <p>24</p> <p>Arròs amb tomàquet<br/>Bacallà amb oli de pebre<br/>vermell<sup>4</sup><br/>Enciam i olives<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p>   | <p>25</p> <p>Bledes amb patata<br/>Fricandó vedella halal amb<br/>pastanaga i xampinyons<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p>   | <p>26</p> <p>Fideuà<sup>1,3,4,14</sup><br/>Truita de patates<sup>3</sup><br/>Enciam ecològic i espàrrecs<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p>  | <p>27</p> <p><b>Celebrem<br/>La Castanyada</b><br/>Crema de carbassa<br/>Pizza margarita<sup>1,7</sup><br/>Grillons de moniato<br/>Pa<sup>1</sup></p>                                    |
| <p>30</p> <p>Espaguetis amb salsa de<br/>tomàquet<br/>Lluç arrebossat<sup>1,3,4</sup><br/>Enciam i blat de moro<br/>Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>  | <p>31</p> <p>Brou d'au halal amb pasta<sup>1,3,9</sup><br/>Pollastre halal al forn<br/>Patata al forn<br/>Pa<sup>1</sup> i fruita</p>  |  |   |  |

- ✓ Tots els plats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral

Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



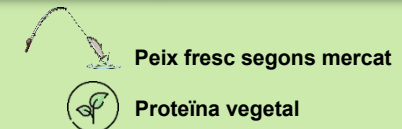
Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:  
Poma, pera, mandarina, taronja, plàtan canari

El lacti serà iogurt artesà del Bages

Al·lèrgens : reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



1 GLUTEN 2 CRUSTACIS 3 OUS 4 PEIX 5 CACAUETS 6 SOJA 7 LLET 8 FRUITS DE CLOSCA 9 API 10 MOSTASSA 11 SÈSAM 12 SULFIT 13 TRAMUSSOS 14 MOL·LUSC



El menú s'ha elaborat seguint les recomendacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya
















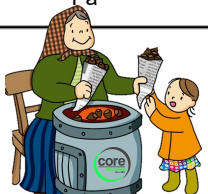





# INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



OCTUBRE 2023

## MENÚ NO LACTOSA


| dilluns   | dimarts   | dimecres  | dijous   | divendres  |
|---|---|---|--|--|
| 2<br>Mongeta tendra amb patata<br>Pollastre a l'ast<br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i postre de soja <sup>6</sup>   | 3<br>Arròs amb salsa de tomàquet<br>Bacallà forn oli de pebre vermell <sup>4</sup><br>Enciam ecològic i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita<br>                            | 4<br>Patates estofades (pebrot, ceba, pastanaga)<br>Llom amb allada<br>Enciam ecològic i cogombre<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica<br>       | 5<br>Lenties ecològiques amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot)<br>Hamburguesa d'au al forn <sup>12</sup><br>Enciam ecològic i blat de moro <sup>9</sup><br>Pa <sup>1</sup> i fruita<br> | 6<br>Espaguetis amb carbonara vegetal de xampinyons <sup>1,3</sup><br>Truita de patates <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i fruita<br>       |
| 9<br>Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro)<br>Gall dindi forn <sup>1,3,7</sup><br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i postre de soja <sup>6</sup>    | 10<br>Mongeta seca amb verdures (pastanaga, ceba, tomàquet)<br>Salsitxes d'au al forn <sup>12</sup><br>Enciam ecològic i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica<br> | 11<br>Pasta eco a la napolitana <sup>1</sup><br>Truita francesa <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita<br>    | 12<br>FESTIU   | 13<br>LLIURE ELECCIÓ   |
| 16<br>Espirals amb oli i orenga <sup>1,3</sup><br>Lluç al forn amb all i julivert <sup>4</sup><br>Enciam i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i postre de soja <sup>6</sup> | 17<br>Bròquil eco amb patata<br>Pernillets de pollastre forn amb herbes provençals<br>Enciam ecològic i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i fruita<br>                            | 18<br>Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, porro)<br>Llom al forn<br>Enciam ecològic i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica<br> | 19<br>Cigrons estofats (tomàquet, ceba, pebrot)<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita<br>  | 20<br>Crema de verdures (mongeta tendra, carbassó, pastanaga, patata)<br>Hamburguesa de vedella forn <sup>12</sup><br>Patates grilló forn<br>Pa <sup>1</sup> i fruita<br> |
| 23<br>Lenties estofades (tomàquet, ceba, pebrot)<br>Pollastre a la llimona <sup>12</sup><br>Enciam i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i postre de soja <sup>6</sup>       | 24<br>Arròs amb tomàquet<br>Bacallà amb oli de pebre vermell <sup>4</sup><br>Enciam ecològic i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica<br>                            | 25<br>Bledes amb patata<br>Fricandó de vedella amb pastanaga i xampinyons<br>Pa <sup>1</sup> i fruita<br>                                       | 26<br>Fideuà <sup>1,3,4,14</sup><br>Truita de patates <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i fruita<br>   | 27<br>Celebrem La Castanyada<br>Crema de carbassa eco<br>Pizza margarita amb formatge s/lactosa <sup>1</sup><br>Grillons de moniato<br>Pa <sup>1</sup><br>              |
| 30<br>Espaguetis amb salsa de tomàquet<br>Lluç arrebossat <sup>1,3,4</sup><br>Enciam i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i postre de soja <sup>6</sup>                  | 31<br>Brou d'au amb pasta eco <sup>1,9</sup><br>Pollastre al forn<br>Patata al forn<br>Pa <sup>1</sup> i fruita<br>  |   |  |   |


- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons 
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat 
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral 

Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: Poma, pera, mandarina, taronja, plàtan canari

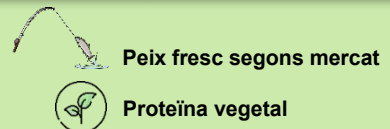
El lacti serà iogurt artesà del Bages 



Al·lèrgens : reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



1 GLUTEN 2 CRUSTACIS 3 OUS 4 PEIX 5 CACAUETS 6 SOJA 7 LLET 8 FRUITS DE CLOSCA 9 API 10 MOSTASSA 11 SÈSAM 12 SULFITS 13 TRAMUSSOS 14 MOL-LUSC



El menú s'ha elaborat seguint les recomendacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya



# INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



OCTUBRE 2023

NO FRUITS SECS, TOMÀQUET, PEBRE, FRUITS VERMELLS

| dilluns   | dimarts  | dimecres   | dijous   | divendres   |
|---|--|--|--|---|
| 2<br>Mongeta tendra amb patata<br>Pollastre a l'ast<br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>   | 3<br>Arròs blanc satat amb oli i orenga<br>Bacallà forn <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 4<br>Patates estofades<br>(ceba, pastanaga, pèsols)<br>Llom amb allada<br><b>Enciam ecològic</b> i cogombre<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>       | 5<br><b>Llenties ecològiques</b> viudes<br>Hamburguesa d'au al forn <sup>12</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita | 6<br>Espaguetis amb carbonara<br>vegetal de xampinyons <sup>1,3</sup><br>Truita de patates <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i fruita |
| 9<br>Arròs tres delícies<br>(pastanaga, pèsols, blat de moro)<br>Escalopa Cordon bleu <sup>1,3,7</sup><br>(gall dindi farcit de formatge)<br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup> | 10<br>Mongeta seca amb verdures<br>(pastanaga, cebes)<br>Salsitxes d'au al forn <sup>12</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 11<br>Macarrons blancs amb oli i<br>orenga <sup>1,3</sup><br>Truita francesa <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita | 12<br><b>FESTIU</b>  | 13<br><b>LLIURE ELECCIÓ</b>   |
| 16<br>Espirals amb salsa de<br>formatge <sup>1,3,7</sup><br>Lluç al forn amb all i julivert <sup>4</sup><br>Enciam i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>                               | 17<br>Bròquil amb patata<br>Pernilets de pollastre forn<br>amb herbes provençals<br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i fruita                               | 18<br>Arròs amb verdures<br>(carbassó, pastanaga, porro)<br>Llom al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 19<br>Cigrons saltats<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita                                | 20<br>Crema de verdures<br>(mongeta tendra, carbassó, pastanaga, patata)<br>Hamburguesa de vedella forn <sup>12</sup><br>Patates grilló forn<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  |
| 23<br>Llenties viudes<br>Pollastre a la llimona <sup>12</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>  | 24<br>Arròs blanc satat amb oli i<br>orenga<br>Bacallà al forn <sup>4</sup><br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>                                      | 25<br>Bledes amb patata<br>Fricandó de vedella amb<br>pastanaga i xampinyons<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 26<br>Fideuà <sup>1,3,4,14</sup><br>Truita de patates <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i i fruita                 | 27<br><b>Celebrem<br/>La Castanyada</b><br>Crema de carbassa<br>Pizza margarita <sup>1,7</sup><br>Grillons de moniato<br>Pa <sup>1</sup>                                  |
| 30<br>Espaguetis amb oli i orenga<br>Lluç arrebossat <sup>1,3,4</sup><br>Enciam i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>   | 31<br>Brou d'au amb pasta <sup>1,3,9</sup><br>Pollastre al forn<br>Patata al forn<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  |  |  |   |

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral

Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:  
Poma, pera, mandarina, taronja, plàtan canari

El lacti serà iogurt artesà del Bages

- Al·lèrgens : reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies
- 1 GLUTEN
  - 2 CRUSTACIS
  - 3 OUS
  - 4 PEIX
  - 5 CACAUETS
  - 6 SOJA
  - 7 LLET
  - 8 FRUITS DE CLOSCA
  - 9 API
  - 10 MOSTASSA
  - 11 SÈSAM
  - 12 SULFITS
  - 13 TRAMUSSOS
  - 14 MOL-LUSC

- Peix fresc segons mercat
- Proteïna vegetal

El menú s'ha elaborat seguint les recomendacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya

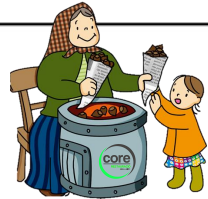


# INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



OCTUBRE 2023

NO CRUSTACIS, MOL·LUSC, LLENTIES, CIGRONS

| dilluns   | dimarts   | dimecres   | dijous  | divendres   |
|---|---|--|---|---|
| 2<br>Mongeta tendra amb patata<br>Pollastre a l'ast<br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>   | 3<br>Arròs amb salsa de tomàquet<br>Truita francesa <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 4<br>Patates estofades<br>(pebrot, ceba, pastanaga)<br>Llom amb allada<br><b>Enciam ecològic</b> i cogombre<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>       | 5<br>Coliflor amb patata<br>Hamburguesa d'au al forn <sup>12</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita     | 6<br>Espaguetis amb carbonara<br>vegetal de xampinyons <sup>1,3</sup><br>Truita de patates <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i fruita |
| 9<br>Arròs tres delícies<br>(pastanaga, pèsols, blat de moro)<br>Escalopa Cordon bleu <sup>1,3,7</sup><br>(gall dindi farcit de formatge)<br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup> | 10<br>Mongeta seca amb verdures<br>(pastanaga, ceba, tomàquet)<br>Salsitxes d'au al forn <sup>12</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 11<br>Macarrons a la napolitana <sup>1,3</sup><br>Truita francesa <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita            | 12<br><b>FESTIU</b>   | 13<br><b>LLIURE ELECCIÓ</b>   |
| 16<br>Espirals amb salsa de<br>formatge <sup>1,3,7</sup><br>Truita francesa <sup>3</sup><br>Enciam i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>   | 17<br>Bròquil amb patata<br>Pernilets de pollastre forn<br>amb herbes provençals<br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 18<br>Arròs amb verdures<br>(carbassó, pastanaga, porro)<br>Llom al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 19<br>Mongeta tendra i patata<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita             | 20<br>Crema de verdures<br>(mongeta tendra, carbassó, pastanaga, patata)<br>Hamburguesa de vedella forn <sup>12</sup><br>Patates grilló forn<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  |
| 23<br>Mongeta tendra i patata<br>Pollastre a la llimona <sup>12</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>  | 24<br>Arròs amb tomàquet<br>Truita francesa <sup>3</sup><br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>  | 25<br>Bledes amb patata<br>Fricandó de vedella amb<br>pastanaga i xampinyons<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 26<br>Fideuà de verdures <sup>1,3</sup><br>Truita de patates <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i fruita | 27<br><b>Celebrem<br/>La Castanyada</b><br>Crema de carbassa<br>Pizza margarita <sup>1,7</sup><br>Grillons de moniato<br>Pa <sup>1</sup>                                  |
| 30<br>Espaguetis amb salsa de<br>tomàquet<br>Truita francesa <sup>3</sup><br>Enciam i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>   | 31<br>Brou d'au amb pasta <sup>1,3,9</sup><br>Pollastre al forn<br>Patata al forn<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   |  |   |    |


- ✓ Tots els plats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir **crostons**
- ✓ En les pastes s'ofereix **formatge ratllat**
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix **pa integral**

Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques

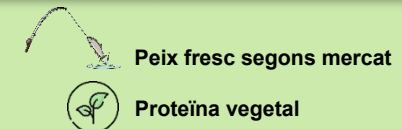


Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:  
Poma, pera, mandarina, taronja, plàtan canari

El lacti serà iogurt artesà del Bages



Al·lèrgens : reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



El menú s'ha elaborat seguint les recomendacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya

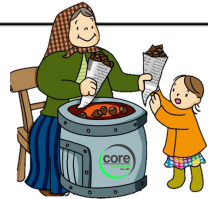


# INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



OCTUBRE 2023

## MENÚ NO CARN

| dilluns  | dimarts   | dimecres  | dijous   | divendres   |
|--|---|---|--|---|
| 2<br>Mongeta tendra amb patata<br>Truita francesa <sup>3</sup><br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>   | 3<br>Arròs amb salsa de tomàquet<br>Bacallà forn oli de pebre vermell <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 4<br>Patates estofades<br>(pebrot, ceba, pastanaga)<br>Tofu amb allada <sup>6</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i cogombre<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>             | 5<br><b>Lenties ecològiques</b> amb<br>verdures<br>(tomàquet, ceba, pebrot)<br>Hamburguesa falafel al forn <sup>1</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita | 6<br>Espaguetis amb carbonara<br>vegetal de xampinyons <sup>1,3</sup><br>Truita de patates <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i fruita |
| 9<br>Arròs tres delícies<br>(pastanaga, pèsols, blat de moro)<br>Tofu amb tomàquet <sup>6</sup><br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>                | 10<br>Mongeta seca amb verdures<br>(pastanaga, ceba, tomàquet)<br>Hamburguesa falafel al forn <sup>1</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 11<br>Macarrons a la napolitana <sup>1,3</sup><br>Truita francesa <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita                               | 12<br><b>FESTIU</b>  | 13<br><b>LLIURE ELECCIÓ</b>   |
| 16<br>Espirals amb salsa de<br>formatge <sup>1,3,7</sup><br>Lluç al forn amb all i julivert <sup>4</sup><br>Enciam i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>    | 17<br>Bròquil amb patata<br>Truita francesa <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 18<br>Arròs amb verdures<br>(carbassó, pastanaga, porro)<br>Seità amb verdures <sup>1</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 19<br>Cigrons estofats<br>(tomàquet, ceba, pebrot)<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 20<br>Crema de verdures<br>(mongeta tendra, carbassó, pastanaga, patata)<br>Hamburguesa falafel forn <sup>1</sup><br>Patates grilló forn<br>Pa <sup>1</sup> i fruita      |
| 23<br>Lenties estofades<br>(tomàquet, ceba, pebrot)<br>Pollastre a la llimona <sup>12</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup> | 24<br>Arròs amb tomàquet<br>Bacallà amb oli de pebre<br>vermell <sup>4</sup><br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>  | 25<br>Bledes amb patata<br>Tofu amb pastanaga i<br>xampinyons<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 26<br>Fideuà <sup>1,3,4,14</sup><br>Truita de patates <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i i fruita   | 27<br><b>Celebrem<br/>La Castanyada</b><br>Crema de carbassa<br>Pizza margarita <sup>1,7</sup><br>Grillons de moniato<br>Pa <sup>1</sup>                                  |
| 30<br>Espaguetis amb salsa de<br>tomàquet<br>Tofu arrebossat <sup>6</sup><br>Enciam i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>                                | 31<br>Brou vegetal amb pasta <sup>1,3,9</sup><br>Hamburguesa falafel al forn<br>Patata al forn<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  |   |  |    |


- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir **crostons**
- ✓ En les pastes s'ofereix **formatge ratllat**
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix **pa integral**

Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:  
Poma, pera, mandarina, taronja, plàtan canari

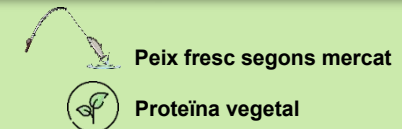
El lacti serà iogurt artesà del Bages



Al·lèrgens : reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



1 GLUTEN 2 CRUSTACIS 3 OUS 4 PEIX 5 CACAUETS 6 SOJA 7 LLET 8 FRUITS DE CLOSCA 9 API 10 MOSTASSA 11 SÈSAM 12 SULFITS 13 TRAMUSSOS 14 MOL·LUSC



El menú s'ha elaborat seguint les recomendacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya

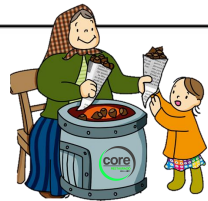


# INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



OCTUBRE 2023

## MENÚ VEGETARIÀ


| dilluns   | dimarts   | dimecres  | dijous   | divendres   |
|---|---|---|--|---|
| 2<br>Mongeta tendra amb patata<br>Truita francesa <sup>3</sup><br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>                                      | 3<br>Arròs amb salsa de tomàquet<br>Pèsols amb patata<br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 4<br>Patates estofades<br>(pebrot, ceba, pastanaga)<br>Tofu amb allada <sup>6</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i cogombre<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>             | 5<br><b>Lenties ecològiques</b> amb<br>verdures<br>(tomàquet, ceba, pebrot)<br>Hamburguesa falafel al forn <sup>1</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita | 6<br>Espaguetis amb carbonara<br>vegetal de xampinyons <sup>1,3</sup><br>Truita de patates <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i fruita             |
| 9<br>Arròs tres delícies<br>(pastanaga, pèsols, blat de moro)<br>Tofu amb tomàquet <sup>6</sup><br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>     | 10<br>Mongeta seca amb verdures<br>(pastanaga, ceba, tomàquet)<br>Hamburguesa falafel al forn <sup>1</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 11<br>Macarrons a la napolitana <sup>1,3</sup><br>Truita francesa <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita                               | 12<br><b>FESTIU</b>  | 13<br><b>LLIURE ELECCIÓ</b>   |
| 16<br>Espirals amb salsa de<br>formatge <sup>1,3,7</sup><br>Pèsols saltat amb ceba<br>Enciam i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>               | 17<br>Bròquil amb patata<br>Truita francesa <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 18<br>Arròs amb verdures<br>(carbassó, pastanaga, porro)<br>Seità amb verdures <sup>1</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 19<br>Cigrons estofats<br>(tomàquet, ceba, pebrot)<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 20<br>Crema de verdures<br>(mongeta tendra, carbassó, pastanaga, patata)<br>Hamburguesa falafel forn <sup>1</sup><br>Patates grilló forn<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> |
| 23<br>Lenties estofades<br>(tomàquet, ceba, pebrot)<br>Mongeta tendra i verdures<br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup> | 24<br>Arròs amb tomàquet<br>Hamburguesa falafel forn <sup>1</sup><br>Enciam i olives<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>   | 25<br>Bledes amb patata<br>Tofu amb pastanaga i<br>xampinyons<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 26<br>Fideuà de verdures <sup>1,3</sup><br>Truita de patates <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs<br>Pa <sup>1</sup> i i fruita  | 27<br><b>Celebrem<br/>La Castanyada</b><br>Crema de carbassa<br>Pizza margarita <sup>1,7</sup><br>Grillons de moniato<br>Pa <sup>1</sup>  |
| 30<br>Espaguetis amb salsa de<br>tomàquet<br>Tofu arrebossat <sup>6</sup><br>Enciam i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i lacti artesà <sup>7</sup>                     | 31<br>Brou vegetal amb pasta <sup>1,3,9</sup><br>Hamburguesa falafel al forn<br>Patata al forn<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  |   |  |    |

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons 
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat 
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral 

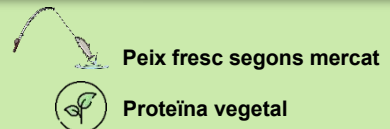
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:  
Poma, pera, mandarina, taronja, plàtan canari

El lacti serà iogurt artesà del Bages 

Al·lèrgens : reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



El menú s'ha elaborat seguint les recomendacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya