



INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



NOVEMBRE 2023

MENÚ BASAL

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, ceba) Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	3 Coliflor de temporada amb patata Botifarra de porc al forn ¹² Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita
6 Crema de carbassa ecològica Estofat de gall dindi amb xampinyons, pèsols i ceba Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Espirals a la napolitana ¹ (amb salsa tomàquet) Truita francesa ³ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	8 Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Contraçuixa de pollastre amb herbes provençals Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	9 Mongeta tendra i patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	10 Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro) Hamburguesa de vedella forn ¹² Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita
13 Bledes de temporada amb patata Pernilets de pollastre a l'ast Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Arròs amb tomàquet Bacallà al forn amb oli d'all i pebre vermell ⁴ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	15 Crema de carbassó Truita de patates ³ Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	16 Llenties estofades eco amb verdures Rodó de gall dindi amb suc Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llacets amb verdures de temporada ^{1,3} (bròquil, carbassó, pastanaga) Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet ¹² Pa ¹ i fruita
20 Patates estofades (tomàquet, ceba, pèsols) Truita francesa ³ Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	21 Crema de pastanaga Fricandó de vedella amb ceba i xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	22 Mongetes seques estofades amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	23 Fideuà amb daus de calamar ^{1,3,14} Contraçuixa pollastre al forn amb fines herbes Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	24 Brou d'au amb pasta eco ^{1,3,9} Peix fresc segons mercat ⁴ Patata al forn Pa ¹ i fruita
27 Crema de verdures Lluç arrebossat ^{1,3,4} Enciam i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 JORNADA ITALIANA Amanida de pasta amb formatge fresc amb oli d'alfàbrega ^{1,3,7} Pizza margarita ^{1,7} Pastís xocolata	29 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, ceba, carbassó) Pollastre al forn a la llimona ¹² Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	30 Bròquil de temporada amb patata Salsitxes d'au al forn ¹² Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	

- ✓ 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



Productes de proximitat
Productes de temporada

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



INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



NOVEMBRE 2023

MENÚ SENSE GLUTEN

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, ceba) Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa s/gluten i fruita	3 Coliflor de temporada amb patata Botifarra de porc al forn ¹² Enciam ecològic i tomàquet Pa s/gluten i fruita
6 Crema de carbassa ecològica Estofat de gall dindi amb xampinyons, pèsols i ceba Pa s/gluten i lacti artesà ⁷	7 Pasta s/gluten a la napolitana (amb salsa tomàquet) Truita francesa ³ Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i fruita	8 Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Contraçuixa de pollastre amb herbes provençals Enciam ecològic i olives Pa s/gluten i fruita ecològica	9 Mongeta tendra i patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa s/gluten i fruita	10 Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro) Hamburguesa de vedella forn ¹² Enciam ecològic i cogombre Pa s/gluten i fruita
13 Bledes de temporada amb patata Pernilets de pollastre a l'ast Enciam i pastanaga Pa s/gluten i lacti artesà ⁷	14 Arròs amb tomàquet Bacallà al forn amb oli d'all i pebre vermell ⁴ Enciam ecològic i olives Pa s/gluten i fruita	15 Crema de carbassó Truita de patates ³ Enciam ecològic i espàrrecs Pa s/gluten i fruita	16 Llenties estofades eco amb verdures Rodó de gall dindi amb suc Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i fruita ecològica	17 Pasta s/gluten amb verdures de temporada (bròquil, carbassó, pastanaga) Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet ¹² Pa s/gluten i fruita
20 Patates estofades (tomàquet, ceba, pèsols) Truita francesa ³ Enciam i pastanaga Pa s/gluten i lacti artesà ⁷	21 Crema de pastanaga Fricandó de vedella amb ceba i xampinyons Pa s/gluten i fruita ecològica	22 Mongetes seques estofades amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i fruita	23 Fideuà s/gluten amb daus de calamar ¹⁴ Contraçuixa pollastre al forn amb fines herbes Enciam ecològic i olives Pa s/gluten i fruita	24 Brou d'au amb pasta s/gluten ⁹ Peix fresc segons mercat ⁴ Patata al forn Pa s/gluten i fruita
27 Crema de verdures Lluç al forn ⁴ Enciam i blat de moro Pa s/gluten i lacti artesà ⁷	28 JORNADA ITALIANA Amanida pasta S/gluten amb formatge fresc amb oli d'alfàbrega ⁷ Pizza s/gluten margarita Palmeres	29 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, ceba, carbassó) Pollastre al forn a la llimona ¹² Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	30 Bròquil de temporada amb patata Salsitxes d'au al forn ¹² Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	

- ✓ 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



Productes de proximitat
 Productes de temporada

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



INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



NOVEMBRE 2023

MENÚ HALAL

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, ceba) Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	3 Coliflor de temporada amb patata Botifarra d'au halal al forn ¹² Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita
6 Crema de carbassa ecològica Estofat de gall dindi halal amb xampinyons, pèsols i ceba Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Espirals a la napolitana ¹ (amb salsa tomàquet) Truita francesa ³ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	8 Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Contracuixa pollastre halal amb herbes provençals Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	9 Mongeta tendra i patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	10 Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro) Hamburguesa vedella halal forn ¹² Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita
13 Bledes de temporada amb patata Pernilets pollastre halal a l'ast Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Arròs amb tomàquet Bacallà al forn amb oli d'all i pebre vermell ⁴ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	15 Crema de carbassó Truita de patates ³ Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	16 Llenties estofades eco amb verdures Rodó de gall dindi halal amb suc Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llacets amb verdures de temporada (bròquil, carbassó, pastanaga) Mandonguilles vedella halal amb salsa de tomàquet ¹² Pa ¹ i fruita
20 Patates estofades (tomàquet, ceba, pèsols) Truita francesa ³ Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	21 Crema de pastanaga Fricandó vedella halal amb ceba i xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	22 Mongetes seques estofades amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Gall dindi halal forn Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	23 Fideuà amb daus de calamar ^{1,3,14} Contracuixa pollastre halal al forn amb fines herbes Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	24 Brou d'au halal amb pasta eco ^{1,3,9} Peix fresc segons mercat ⁴ Patata al forn Pa ¹ i fruita
27 Crema de verdures Lluç arrebossat ^{1,3,4} Enciam i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 JORNADA ITALIANA Amanida de pasta amb formatge fresc amb oli d'alfàbrega ^{1,3,7} Pizza margarita ^{1,7} Pastís xocolata	29 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, ceba, carbassó) Pollastre halal a la llimona ¹² Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	30 Bròquil de temporada amb patata Salsitxes d'au halal al forn ¹² Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	

- ✓ 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



Productes de proximitat
 Productes de temporada

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



INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



NOVEMBRE 2023

MENÚ SENSE LACTOSA

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, ceba) Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	3 Coliflor de temporada amb patata Botifarra de porc al forn ¹² Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita
6 Crema de carbassa ecològica Estofat de gall dindi amb xampinyons, pèsols i ceba Pa ¹ i postre de soja ⁶	7 Espirals a la napolitana ¹ (amb salsa tomàquet) Truita francesa ³ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	8 Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Contraçuixa de pollastre amb herbes provençals Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	9 Mongeta tendra i patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	10 Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro) Hamburguesa de vedella forn ¹² Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita
13 Bledes de temporada amb patata Pernilets de pollastre a l'ast Enciam i pastanaga Pa ¹ i postre de soja ⁶	14 Arròs amb tomàquet Bacallà al forn amb oli d'all i pebre vermell ⁴ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	15 Crema de carbassó Truita de patates ³ Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	16 Llenties estofades eco amb verdures Rodó de gall dindi amb suc Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llacets amb verdures de temporada (bròquil, carbassó, pastanaga) Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet ¹² Pa ¹ i fruita
20 Patates estofades (tomàquet, ceba, pèsols) Truita francesa ³ Enciam i pastanaga Pa ¹ i postre de soja ⁶	21 Crema de pastanaga Fricandó de vedella amb ceba i xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	22 Mongetes seques estofades amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	23 Fideuà amb daus de calamar ^{1,3,14} Contraçuixa pollastre al forn amb fines herbes Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	24 Brou d'au amb pasta eco ^{1,3,9} Peix fresc segons mercat ⁴ Patata al forn Pa ¹ i fruita
27 Crema de verdures Lluç arrebossat ^{1,3,4} Enciam i blat de moro Pa ¹ i postre de soja ⁶	28 JORNADA ITALIANA Amanida de pasta amb formatge s/lactosa amb oli d'alfàbrega ^{1,3} Pizza margarita s/lactosa ¹ Palmeres	29 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, ceba, carbassó) Pollastre al forn a la llimona ¹² Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	30 Bròquil de temporada amb patata Salsitxes d'au al forn ¹² Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	

- ✓ 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 lacteri serà iogurt artesà del Bages

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



Productes de proximitat
Productes de temporada

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



INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



NOVEMBRE 2023

NO FRUITS SECS, TOMÀQUET, PEBRE, PEBROT, FRUITS VERMELLS

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, ceba) Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	3 Coliflor de temporada amb patata Botifarra de porc al forn ¹² Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita
6 Crema de carbassa ecològica Estofat de gall dindi amb xampinyons, pèsols i ceba Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Espirals blancs amb oli i orenga ¹ Truita francesa ³ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	8 Cigrons saltats amb ceba Contraçuixa de pollastre amb herbes provençals Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	9 Mongeta tendra i patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	10 Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro) Hamburguesa de vedella forn ¹² Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita
13 Bledes de temporada amb patata Pernilets de pollastre a l'ast Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Arròs amb pastanaga Bacallà al forn ¹⁴ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	15 Crema de carbassó Truita de patates ³ Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	16 Lenties estofades eco viudes Rodó de gall dindi amb suc Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llacets amb verdures de temporada (bròquil, carbassó, pastanaga) Hamburguesa de vedella amb amanida ¹² Pa ¹ i fruita
20 Pèsols amb patata Truita francesa ³ Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	21 Crema de pastanaga Fricandó de vedella amb ceba i xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	22 Mongetes seques saltades amb ceba Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	23 Fideus saltats amb oli i orenga Contraçuixa pollastre al forn amb fines herbes Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	24 Brou d'au amb pasta eco ^{1,3,9} Peix fresc segons mercat ⁴ Patata al forn Pa ¹ i fruita
27 Crema de verdures Lluç arrebossat ^{1,3,4} Enciam i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 JORNADA ITALIANA Amanida de pasta amb formatge fresc amb oli d'alfàbrega ^{1,3,7} Pizza sense tomaquet amb pernil i formatge ^{1,7} Palmeres	29 Lenties viudes Pollastre al forn a la llimona ¹² Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	30 Bròquil de temporada amb patata Salsitxes d'au al forn ¹² Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	

- ✓ 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



Productes de proximitat
Productes de temporada

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



INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



NOVEMBRE 2023 NO CRUSTACIS, MOL·LUSC, LLENTIES, CIGRONS

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, ceba) Trita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	3 Coliflor de temporada amb patata Botifarra de porc al forn ¹² Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita
6 Crema de carbassa ecològica Estofat de gall dindi amb xampinyons, pèsols i ceba Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Espirals a la napolitana ¹ (amb salsa tomàquet) Trita francesa ³ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	8 Crema de verdures Contraçuixa de pollastre amb herbes provençals Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	9 Mongeta tendra i patata Tofu amb tomàquet ⁶ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	10 Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro) Hamburguesa de vedella forn ¹² Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita
13 Bledes de temporada amb patata Pernilets de pollastre a l'ast Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Arròs amb tomàquet Llom al forn amb oli d'all i pebre vermell Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	15 Crema de carbassó Trita de patates ³ Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	16 Mongeta tendra i patata Rodó de gall dindi amb suc Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llacets amb verdures de temporada (bròquil, carbassó, pastanaga) Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet ¹² Pa ¹ i fruita
20 Patates estofades (tomàquet, ceba, pèsols) Trita francesa ³ Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	21 Crema de pastanaga Fricandó de vedella amb ceba i xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	22 Mongeta tendra i patata Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	23 Fideuà de verdures ^{1,3} Contraçuixa pollastre al forn amb fines herbes Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	24 Brou d'au amb pasta eco ^{1,3,9} Trita francesa ³ Patata al forn Pa ¹ i fruita
27 Crema de verdures Gall dindi al forn ^{1,3,4} Enciam i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 JORNADA ITALIANA Amanida de pasta amb formatge fresc amb oli d'alfàbrega ^{1,3,7} Pizza margarita ^{1,7} Pastís xocolata	29 Arròs bullit amb oli Pollastre al forn a la llimona ¹² Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	30 Bròquil de temporada amb patata Salsitxes d'au al forn ¹² Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	

- ✓ 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



Productes de proximitat
Productes de temporada

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



INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



NOVEMBRE 2023

MENÚ NO CARN

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, ceba) Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	3 Coliflor de temporada amb patata Hamburguesa falafel al forn ¹ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita
6 Crema de carbassa ecològica Estofat de tofu ⁶ amb xampinyons, pèsols i ceba Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Espirals a la napolitana ¹ (amb salsa tomàquet) Truita francesa ³ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	8 Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Seità amb tomàquet ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	9 Mongeta tendra i patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	10 Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro) Hamburguesa de falafel forn ¹ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita
13 Bledes de temporada amb patata Truita francesa ³ Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Arròs amb tomàquet Bacallà al forn amb oli d'all i pebre vermell ⁴ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	15 Crema de carbassó Truita de patates ³ Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	16 Llenties estofades eco amb verdures Tofu amb verdures ⁶ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llacets amb verdures de temporada (bròquil, carbassó, pastanaga) Hamburguesa falafel amb salsa de tomàquet ¹ Pa ¹ i fruita
20 Patates estofades (tomàquet, ceba, pèsols) Truita francesa ³ Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	21 Crema de pastanaga Fricandó de tofu amb ceba i xampinyons ⁶ Pa ¹ i fruita ecològica	22 Mongetes seques estofades amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Truita francesa ³ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	23 Fideuà amb daus de calamar ^{1,3,14} Hamburguesa falafel ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	24 Brou vegetal amb pasta eco ^{1,3,9} Peix fresc segons mercat⁴ Patata al forn Pa ¹ i fruita
27 Crema de verdures Truita patates ³ Enciam i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 JORNADA ITALIANA Amanida de pasta amb formatge fresc amb oli d'alfàbrega ^{1,3,7} Pizza margarita ^{1,7} Pastís xocolata	29 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, ceba, carbassó) Hamburguesa de verdures i cus cus ^{1,3} Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	30 Bròquil de temporada amb patata Hamburguesa falafel ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	

- ✓ 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



Productes de proximitat
Productes de temporada

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



INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



NOVEMBRE 2023

MENÚ NO OU

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, ceba) Gall d'indi al forn Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	3 Coliflor de temporada amb patata Botifarra de porc al forn ¹² Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita
6 Crema de carbassa ecològica Estofat de gall dindi amb xampinyons, pèsols i ceba Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Pasta s/ou a la napolitana ¹ (amb salsa tomàquet) Pèsols amb patata Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	8 Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Contraçuixa de pollastre amb herbes provençals Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	9 Mongeta tendra i patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	10 Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro) Hamburguesa de vedella forn ¹² Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita
13 Bledes de temporada amb patata Pernilets de pollastre a l'ast Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Arròs amb tomàquet Bacallà al forn amb oli d'all i pebre vermell ⁴ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	15 Crema de carbassó Pèsols amb patates Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	16 Llenties estofades eco amb verdures Rodó de gall dindi amb suc Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	17 Pasta s/ou amb verdures de temporada ¹ (bròquil, carbassó, pastanaga) Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet ¹² Pa ¹ i fruita
20 Patates estofades (tomàquet, ceba, pèsols) Gall d'indi al forn Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	21 Crema de pastanaga Fricandó de vedella amb ceba i xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	22 Mongetes seques estofades amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	23 Fideuà s/ou amb daus de calamar ^{1,14} Contraçuixa pollastre al forn amb fines herbes Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	24 Brou d'au amb pasta s/ou ^{1,9} Peix fresc segons mercat ⁴ Patata al forn Pa ¹ i fruita
27 Crema de verdures Lluç planxa amb all i julivert ^{1,4} Enciam i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 JORNADA ITALIANA Amanida de pasta s/ou amb formatge fresc amb oli d'alfàbrega ^{1,7} Pizza margarita ^{1,7} Pastís xocolata	29 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, ceba, carbassó) Pollastre al forn a la llimona ¹² Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	30 Bròquil de temporada amb patata Salsitxes d'au al forn ¹² Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	

- ✓ 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



Productes de proximitat
Productes de temporada

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



INSTITUT JOSEP SERRAT I BONASTRE



NOVEMBRE 2023

MENÚ VEGETARIÀ

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Arròs amb verdures (carbassó, pastanaga, ceba) Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	3 Coliflor de temporada amb patata Hamburguesa falafel al forn ¹ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita
6 Crema de carbassa ecològica Estofat de tofu ⁶ amb xampinyons, pèsols i ceba Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Espirals a la napolitana ¹ (amb salsa tomàquet) Truita francesa ³ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	8 Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Seità amb tomàquet ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	9 Mongeta tendra i patata Pèsols amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	10 Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro) Hamburguesa de falafel forn ¹ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita
13 Bledes de temporada amb patata Truita francesa ³ Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Arròs amb tomàquet Hamburguesa de quinoa casolana Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	15 Crema de carbassó Truita de patates ³ Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	16 Llenties estofades eco amb verdures Tofu amb verdures ⁶ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llacets amb verdures de temporada (bròquil, carbassó, pastanaga) Hamburguesa falafel amb salsa de tomàquet ¹ Pa ¹ i fruita
20 Patates estofades (tomàquet, ceba, pèsols) Truita francesa ³ Enciam i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	21 Crema de pastanaga Fricandó de tofu amb ceba i xampinyons ⁶ Pa ¹ i fruita ecològica	22 Mongetes seques estofades amb verdures (tomàquet, ceba, pebrot) Truita francesa ³ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	23 Fideuà amb daus de calamar ^{1,3,14} Hamburguesa falafel ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	24 Brou vegetal amb pasta eco ^{1,3,9} Pèsols saltats Patata al forn Pa ¹ i fruita
27 Crema de verdures Truita patates ³ Enciam i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 JORNADA ITALIANA Amanida de pasta amb formatge fresc amb oli d'alfàbrega ^{1,3,7} Pizza margarita ^{1,7} Pastís xocolata	29 Llenties estofades amb verdures (tomàquet, ceba, carbassó) Hamburguesa de verdures i cus cus ^{1,3} Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita	30 Bròquil de temporada amb patata Hamburguesa falafel ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	

- ✓ 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



Productes de proximitat
Productes de temporada

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