



FEBER 2023

# INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

## MENÚ BASAL



| dilluns  | dimarts   | dimecres   | dijous  | divendres   |
|--|---|--|---|---|
|  |   | 1<br>Arròs 3 delícies <sup>3</sup><br>(blat de moro, pèsols, truita)<br>Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> | 2<br><b>Bròquil ecològic</b> amb patates<br>Pernilets de pollastre al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 3<br>Crema de verdures<br>Llom de porc en salsa<br><b>Àrròs integral</b> amb espècies<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>  |
| 6<br>Macarrons a la norma <sup>1,3</sup><br>(ceba, tomàquet, albergínia)<br>Lluç al forn <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita | 7<br>Mongeta quisada amb verdures<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>                        | 8<br>Patates estofades<br>Salsitxes de porc<br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>   | 9<br>Crema de carbassa<br>Ròlets de primavera <sup>1</sup><br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>   | 10<br>Trinxat de col i patata<br>Pollastre a l'ast<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   |
| 13<br>Arros amb verdures<br>Calamars guisats <sup>4,14</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 14<br><br>Macarrons amb tomàquet <sup>1</sup><br>Pit de pollastre arrebossat <sup>1,3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 15<br>Crema de carbassó<br>Truita de patata <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i brots de soja<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>   | 16<br><b>DIJOURS LLARDER</b><br><b>Mongeta seca ecològica</b> amb verdures<br>Filet de lluç al forn <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 17<br><b>CARNESTOLTES</b><br>Pizza variada <sup>3,7,1</sup><br>Mandonguilles a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i pastisset <sup>1,3,7</sup>   |
| 20<br><b>FESTA</b>   | 21<br>Arròs amb sofregit de verdures i tomàquet<br>Truita de tonyina <sup>3,4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita                            | 22<br>Llaçets amb tomàquet i tonyina <sup>1,4</sup><br>Gall d'indi en salsa amb xampinyons<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>   | 23<br>Coliflor i patata<br>Fricandó de vedella a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 24<br>Sopa de brou d'au amb <b>pasta integral</b> <sup>1</sup><br><b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> |
| 27<br>Crema de pastanaga<br>Pollastre al forn amb llimona<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>                            | 28<br>Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup><br>Hamburguesa de vedella al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<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

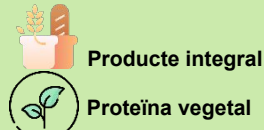
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: **Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan**

Els iogurts seran de proximitat del Bages

FELIC CARNESTOLTES

Al·lèrgens : sabràs que manges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



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



FEBER 2023

# INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

## MENÚ HALAL



| dilluns  | dimarts   | dimecres   | dijous   | divendres   |
|--|---|--|--|---|
|  |   | 1<br>Arròs 3 delícies <sup>3</sup><br>(blat de moro, pèsols, truita)<br>Filet de lluç en salsa verda <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> | 2<br><b>Bròquil ecològic</b> amb patates<br>Pernillets de <b>pollastre Halal</b> al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 3<br>Crema de verdures<br><b>Pit de gall d'indi Halal</b> en salsa<br><b>Àrròs integral</b> amb espècies<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>   |
| 6<br>Macarrons a la norma <sup>1,3</sup><br>(ceba, tomàquet, albergínia)<br>Lluç al forn <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita | 7<br>Mongeta quisada amb verdures<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>  | 8<br>Patates estofades<br>Salsitxes de <b>pollastre Halal</b><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>   | 9<br>Crema de carbassa<br>Rollets de primavera <sup>1</sup><br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>   | 10<br>Trinxat de col i patata<br><b>Pollastre Halal</b> a l'ast<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  |
| 13<br>Arros amb verdures<br>Calamars guisats <sup>4,14</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 14<br><br>Macarrons amb tomàquet <sup>1</sup><br>Pit de <b>pollastre Halal</b><br>arrebossat <sup>1,3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 15<br>Crema de carbassó<br>Truita de patata <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i brots de soja<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>   | 16<br><b>DIJOUS LLARDER</b><br><b>Mongeta seca ecològica</b> amb verdures<br>Filet de lluç al forn <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 17<br><b>CARNESTOLTES</b><br>Pizza variada <sup>3,7,1</sup><br>Mandonguilles de <b>vedella Halal</b><br>a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i pastisset <sup>1,3,7</sup>                                  |
| 20<br>FESTA  | 21<br>Arròs amb sofregit de verdures i tomàquet<br>Truita de tonyina <sup>3,4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 22<br>Llaçets amb tomàquet i tonyina <sup>1,4</sup><br><b>Gall d'indi Halal</b> en salsa amb xampinyons<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>  | 23<br>Coliflor i patata<br>Fricandó de <b>vedella Halal</b> a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 24<br>Sopa de brou d' <b>au Halal</b> amb <b>pasta integral</b> <sup>1</sup><br><b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> |
| 27<br>Crema de pastanaga<br><b>Pollastre Halal</b> al forn amb llimona<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>               | 28<br>Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup><br>Hamburguesa de <b>vedella Halal</b> al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<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

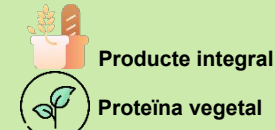
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: **Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan canari**

Els iogurts seran de proximitat del Bages

FELIC CARNESTOLTES

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



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





FEBER 2023

# INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

## MENÚ SENSE GLUTEN



| dilluns   | dimarts  | dimecres   | dijous  | divendres  |
|---|--|--|---|--|
|   |  | 2<br>Arròs 3 delícies <sup>3</sup><br>(blat de moro, pèsols, truita)<br>Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup><br>Enciam ecològic i pastanaga<br>Pa s/gluten i lacti <sup>7</sup> ECO | 3<br>Bròquil ecològic amb patates<br>Pernilets de pollastre al forn<br>Enciam ecològic i tomàquet<br>Pa s/gluten i fruita ECO   | 4<br>Crema de verdures<br>Llom de porc en salsa<br>Arròs integral amb espècies<br>Pa s/gluten i fruita ecològica                                 |
| 7<br>Macarrons s/gluten a la norma<br>(ceba, tomàquet, albergínia)<br>Lluç al forn <sup>4</sup><br>Enciam ecològic i blat de moro<br>Pa s/gluten i fruita ECO | 8<br>Mongeta quisada amb verdures<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i pastanaga<br>Pa s/gluten i fruita ecològica ECO  | 9<br>Patates estofades<br>Salsitxes de porc<br>Enciam ecològic i olives<br>Pa s/gluten i lacti <sup>7</sup> ECO  | 10<br>Crema de carbassa<br>Hamburguesa vegetal de tofu<br>Pa s/gluten i fruita ecològica ECO  | 11<br>Trinxat de col i patata<br>Pollastre a l'ast<br>Enciam ecològic i tomàquet<br>Pa s/gluten i fruita ECO                                     |
| 14<br>Arros amb verdures<br>Calamars guisats <sup>4,14</sup><br>Enciam ecològic i pastanaga<br>Pa s/gluten i fruita ECO                                       | 15<br>Ens ho mengem tot<br>Macarrons sense gluten amb tomàquet <sup>1</sup><br>Pit de pollastre arrebossat s/gluten <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i tomàquet<br>Pa s/gluten i fruita ecològica ECO | 16<br>Crema de carbassó<br>Truita de patata <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i brots de soja<br>Pa s/gluten i lacti <sup>7</sup> ECO  | 17<br>DIJOURS LLARDER<br>Mongeta seca ecològica amb verdures<br>Filet de lluç al forn <sup>4</sup><br>Enciam ecològic i pastanaga<br>Pa s/gluten i fruita ecològica ECO | 18<br>CARNESTOLTES<br>Pizza s/gluten variada <sup>3,7</sup><br>Mandonguilles a la jardinera<br>Pa s/gluten i ollereres s/gluten ECO              |
| 21<br>FESTA<br>ECO  | 22<br>Arròs amb sofregit de verdures i tomàquet<br>Truita de tonyina <sup>3,4</sup><br>Enciam ecològic i olives<br>Pa s/gluten i fruita ECO  | 23<br>Llaçets sense gluten amb tomàquet i tonyina <sup>1,4</sup><br>Gall d'indi en salsa amb xampinyons<br>Pa s/gluten i lacti <sup>7</sup>  | 24<br>Coliflor i patata<br>Fricandó de vedella a la jardinera<br>Pa s/gluten i fruita   | 25<br>Sopa de brou d'au amb pasta s/gluten<br>Peix fresc s/mercat <sup>4</sup><br>Enciam ecològic i olives<br>Pa s/gluten i fruita ecològica ECO |
| 28<br>Crema de pastanaga<br>Pollastre al forn amb llimona<br>Enciam ecològic i blat de moro<br>Pa s/gluten i fruita ecològica                                 | 28<br>Espaguetis s/gluten amb tomàquet<br>Hamburguesa de vedella al forn<br>Enciam ecològic i blat de moro<br>Pa s/gluten i fruita ECO   |  |   |  |

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

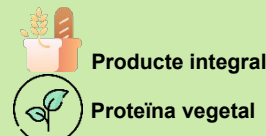
Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:

Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan canari

Els iogurts seran de proximitat del Bages

FELIC CARNESTOLTES

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



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



FEBER 2023

# INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

## MENÚ SENSE OU



| dilluns  | dimarts  | dimecres   | dijous  | divendres   |
|--|--|--|---|---|
|  |  | 2<br><b>Arròs 2 delícies</b><br>(blat de moro, pèsols)<br>Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> | 3<br><b>Bròquil ecològic</b> amb patates<br>Pernilets de pollastre al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 4<br>Crema de verdures<br>Llom de porc en salsa<br><b>Àrròs integral</b> amb espècies<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>  |
| 7<br>Macarrons a la norma <sup>1</sup><br>(ceba, tomàquet, albergínia)<br>Lluç al forn <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita | 8<br>Mongeta quisada amb verdures<br><b>Cap de llom a la planxa</b><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>                                      | 9<br>Patates estofades<br>Salsitxes de porc<br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>   | 10<br>Crema de carbassa<br>Ròllets de primavera <sup>1</sup><br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>   | 11<br>Trinxat de col i patata<br>Pollastre a l'ast<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   |
| 14<br>Arros amb verdures<br>Calamars guisats <sup>4,14</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 15<br><br>Macarrons sense ou amb tomàquet <sup>1</sup><br>Pit de <b>pollastre enfarinat</b> <sup>1</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 16<br>Crema de carbassó<br><b>Bistec de vedella a la planxa</b><br><b>Enciam ecològic</b> i brots de soja<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>                                | 17<br><b>DIJOURS LLARDER</b><br><b>Mongeta seca ecològica</b> amb verdures<br>Filet de lluç al forn <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 18<br><b>CARNESTOLTES</b><br><b>Pizza sense ou</b> variada <sup>7,1</sup><br>Mandonguilles a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i <b>olleres</b>   |
| 21<br><b>FESTA</b>   | 22<br>Arròs amb sofregit de verdures i tomàquet<br><b>Llom a la planxa</b><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 23<br>Llaçets sense ou amb tomàquet i tonyina <sup>1,4</sup><br>Gall d'indi en salsa amb xampinyons<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>                                      | 24<br>Coliflor i patata<br>Fricandó de vedella a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 25<br>Sopa de brou d'au <b>amb pasta integral</b> <sup>1</sup><br><b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> |
| 28<br>Crema de pastanaga<br>Pollastre al forn amb llimona<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>                          | 28<br>Espaguetis sense ou amb tomàquet <sup>1</sup><br>Hamburguesa de vedella al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<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

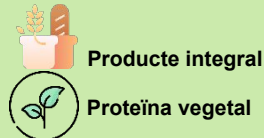
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: **Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan canari**

Els iogurts seran de proximitat del Bages

**FELIC CARNESTOLTES**

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



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





FEBER 2023

# INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

## MENÚ SENSE PEIX



| dilluns  | dimarts   | dimecres   | dijous  | divendres   |
|--|---|--|---|---|
|  |   | 2<br>Arròs 2 delícies (blat de moro, pèsols)<br>Truita francesa <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> | 3<br>Bròquil ecològic amb patates<br>Pernilets de pollastre al forn<br>Enciam ecològic i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 4<br>Crema de verdures<br>Llom de porc en salsa<br>Àrròs integral amb espècies<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica                                  |
| 7<br>Macarrons a la norma <sup>1,3</sup><br>(ceba, tomàquet, albergínia)<br>Bistec de vedella planxa<br>Enciam ecològic i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita | 8<br>Mongeta quisada amb verdures<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica                        | 9<br>Patates estofades<br>Salsitxes de porc<br>Enciam ecològic i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>                                    | 10<br>Crema de carbassa<br>Ròllets de primavera <sup>1</sup><br>Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica  | 11<br>Trinxat de col i patata<br>Pollastre a l'ast<br>Enciam ecològic i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  |
| 14<br>Arros amb verdures<br>Salsitxes de pollastre<br>Enciam ecològic i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 15<br><br>Macarrons amb tomàquet <sup>1</sup><br>Pit de pollastre arrebossat <sup>1,3</sup><br>Enciam ecològic i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica | 16<br>Crema de carbassó<br>Truita de patata <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i brots de soja<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>                | 16<br><b>DIJOUS LLARDER</b><br>Mongeta seca ecològica amb verdures<br>Pit de pollastre a la planxa<br>Enciam ecològic i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica | 17<br><b>CARNESTOLTES</b><br>Pizza variada <sup>3,7,1</sup><br>Mandonguilles a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i pastisset <sup>1,3,7</sup>           |
| 21<br>FESTA  | 22<br>Arròs amb sofregit de verdures i tomàquet<br>Truita a la francesa <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita                    | 23<br>Llaçets amb tomàquet <sup>1</sup><br>Gall d'indi en salsa amb xampinyons<br>Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>                             | 24<br>Coliflor i patata<br>Fricandó de vedella a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 25<br>Sopa de brou d'au amb pasta integral <sup>1</sup><br>Llom de porc a la planxa<br>Enciam ecològic i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica |
| 28<br>Crema de pastanaga<br>Pollastre al forn amb llimona<br>Enciam ecològic i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica                                  | 28<br>Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup><br>Hamburguesa de vedella al forn<br>Enciam ecològic i blat de moro<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

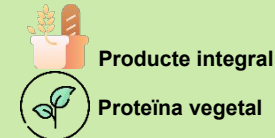
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques

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

Els iogurts seran de proximitat del Bages

FELIC CARNESTOLTES

Al·lèrgens : sabràs que manges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



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



FEBER 2023

# INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

## MENÚ SENSE LACTOSA I SENSE LLET



| dilluns  | dimarts   | dimecres   | dijous   | divendres   |
|--|---|--|--|---|
|  |   | 2<br>Arròs 3 delícies <sup>3</sup><br>(blat de moro, pèsols, truita)<br>Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>lacti s/lactosa</b> ECO | 3<br><b>Bròquil ecològic</b> amb patates<br>Pernilets de pollastre al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ECO  | 4<br>Crema de verdures<br>Llom de porc en salsa<br><b>Àrròs integral</b> amb espècies<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>  |
| 7<br>Macarrons a la norma <sup>1,3</sup><br>(ceba, tomàquet, albergínia)<br>Lluç al forn <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ECO | 8<br>Mongeta quisada amb verdures<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> ECO  | 9<br>Patates estofades<br>Salsitxes de porc<br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i <b>lacti s/lactosa</b> ECO   | 10<br>Crema de carbassa<br>Rollets de primavera <sup>1</sup><br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> ECO  | 11<br>Trinxat de col i patata<br>Pollastre a l'ast<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ECO   |
| 14<br>Arros amb verdures<br>Calamars guisats <sup>4,14</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ECO  | 15<br><b>Ens ho mengem tot</b><br>Macarrons amb tomàquet <sup>1</sup><br>Pit de pollastre arrebossat <sup>1,3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> ECO | 16<br>Crema de carbassó<br>Truita de patata <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i brots de soja<br>Pa <sup>1</sup> i <b>lacti s/lactosa</b> ECO   | 17<br><b>DIJOUS LLARDER</b><br><b>Mongeta seca ecològica</b> amb verdures<br>Filet de lluç al forn <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> ECO | 18<br><b>CARNESTOLTES</b><br><b>Pizza sense formatge</b> 7,1<br>Mandonguilles a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i <b>olleres</b> ECO  |
| 21<br><b>FESTA</b>   | 22<br>Arròs amb sofregit de verdures i tomàquet<br>Truita de tonyina <sup>3,4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ECO  | 23<br>Llaçets amb tomàquet i tonyina <sup>1,4</sup><br>Gall d'indi en salsa amb xampinyons<br>Pa <sup>1</sup> i <b>lacti s/lactosa</b>   | 24<br>Coliflor i patata<br>Fricandó de vedella a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 25<br>Sopa de brou d'au amb <b>pasta integral</b> <sup>1</sup><br><b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> ECO |
| 28<br>Crema de pastanaga<br>Pollastre al forn amb llimona<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> ECO                            | 28<br>Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup><br>Hamburguesa de vedella al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita ECO   |  |  |   |

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

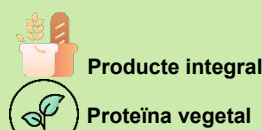
Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:

Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan

Els iogurts seran de proximitat del Bages

FELIC CARNESTOLTES

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



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





FEBER 2023

# INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

## MENÚ HIPOCALÒRIC



| dilluns  | dimarts   | dimecres  | dijous  | divendres   |
|--|---|---|---|---|
|  |   | 1<br>Arròs 3 delícies <sup>3</sup><br>(blat de moro, pèsols, truita)<br>Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti desnatat <sup>7</sup> | 2<br><b>Bròquil ecològic</b> amb patates<br>Pernilets de pollastre al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 3<br>Crema de verdures<br>Llom de porc a la planxa<br><b>Àrròs integral</b> amb espècies<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>   |
| 6<br>Macarrons a la norma <sup>1,3</sup><br>(ceba, tomàquet, albergínia)<br>Lluç al forn <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita | 7<br>Mongeta quisada amb verdures<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>          | 8<br>Patates estofades<br>Salsitxes de porc<br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti desnatat <sup>7</sup>   | 9<br>Crema de carbassa<br>Rollets de primavera <sup>1</sup><br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>  | 10<br>Trinxat de col i patata<br>Pollastre a l'ast<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   |
| 13<br>Arros amb verdures<br>Calamars guisats <sup>4,14</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 14<br><br>Macarrons amb tomàquet <sup>1</sup><br>Pit de pollastre a la planxa<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 15<br>Crema de carbassó<br>Truita francesa <sup>3</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i brots de soja<br>Pa <sup>1</sup> i lacti desnatat <sup>7</sup>  | 16<br><b>DIJOURS LLARDER</b><br><b>Mongeta seca ecològica</b> amb verdures<br>Filet de lluç al forn <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 17<br><b>CARNESTOLTES</b><br>Pizza variada <sup>3,7,1</sup><br>Mandonguilles a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i pastisset <sup>1,3,7</sup>   |
| 20<br><b>FESTA</b>   | 21<br>Arròs amb verdures<br>Truita de tonyina <sup>3,4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita                                     | 22<br>Llaçets amb tomàquet i tonyina <sup>1,4</sup><br>Gall d'indi amb xampinyons<br>Pa <sup>1</sup> i lacti desnatat <sup>7</sup>  | 23<br>Coliflor i patata<br>Fricandó de vedella a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 24<br>Sopa de brou d'au amb <b>pasta integral</b> <sup>1</sup><br><b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> |
| 27<br>Crema de pastanaga<br>Pollastre al forn amb llimona<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>                            | 28<br>Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup><br>Hamburguesa de vedella al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<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

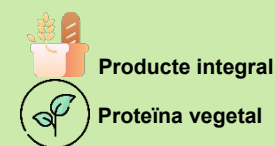
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: **Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan**

Els iogurts seran de proximitat del Bages

**FELIC CARNESTOLTES**

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



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



FEBER 2023

# INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

## MENÚ VEGÀ



| dilluns  | dimarts  | dimecres  | dijous  | divendres  |
|--|--|---|---|--|
|  |  | 1<br>Arròs 2 delícies (blat de moro, pèsols)<br>Seità a la planxa<br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i lacti de soja <sup>7</sup> | 2<br><b>Bròquil ecològic</b> amb patates<br>Mongeta seca amb verdura<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 3<br>Crema de verdures<br>Tofu amb sanfaina<br><b>Àrròs integral</b> amb espècies<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>   |
| 6<br>Macarrons a la norma <sup>1,3</sup><br>(ceba, tomàquet, albergínia)<br>Seità a la planxa<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i fruita | 7<br>Mongeta quisada amb verdures<br>Verdura del dia<br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>  | 8<br>Patates estofades<br>Llenties saltejades<br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i lacti de soja <sup>7</sup>                        | 9<br>Crema de carbassa<br>Hamburguesa vegetal de tofu<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>  | 10<br>Trinxat de col i patata<br>Tofu a la planxa<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   |
| 13<br>Arros amb verdures<br>Llenties a l'olla<br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 14<br><br><b>Ens ho mengem tot!</b><br>Macarrons amb tomàquet <sup>1</sup><br>Seità arrebossat<br><b>Enciam ecològic</b> i tomàquet<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 15<br>Crema de carbassó<br>Mongeta seca amb verdura<br><b>Enciam ecològic</b> i brots de soja<br>Pa <sup>1</sup> i lacti de soja <sup>7</sup>           | 16<br><b>DIJOURS LLARDER</b><br><b>Mongeta seca ecològica</b> amb verdures<br>Tofu a la planxa<br><b>Enciam ecològic</b> i pastanaga<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> | 17<br><b>CARNESTOLTES</b><br>Pizza amb tomàquet i verdures<br>Hamburguesa vegetal a la jardinera<br>Pa <sup>1</sup> i lacti de soja  |
| 20<br><b>FESTA</b>   | 21<br>Arròs amb sofregit de verdures i tomàquet<br>Tofu a la planxa<br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i fruita   | 22<br>Llaçets amb tomàquet <sup>1</sup><br>Seità en salsa amb xampinyons<br>Pa <sup>1</sup> i lacti de soja <sup>7</sup>                                | 23<br>Coliflor i patata<br>Llenties a l'olla<br>Pa <sup>1</sup> i fruita  | 24<br>Sopa vegetal amb <b>pasta integral</b> <sup>1</sup><br><b>Mongeta seca amb verdura</b><br><b>Enciam ecològic</b> i olives<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> |
| 27<br>Crema de pastanaga<br>Llenties saltejades<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<br>Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>                              | 28<br>Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup><br>Hamburguesa vegetal al forn<br><b>Enciam ecològic</b> i blat de moro<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 ecològica, pera, mandarines, plàtan**

Els iogurts seran de proximitat del Bages

**FELIC CARNESTOLTES**

- Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el 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

- Producte integral
- Proteïna vegetal

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





FEBER 2023

# INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

## MENÚ DIABÈTIC 5R + HALAL



| dilluns   | dimarts  | dimecres   | dijous  | divendres   |
|---|--|--|---|---|
|   |  | 1<br>160 GR Arròs 3 delícies <sup>3</sup><br>(blat de moro, pèsols, truita)<br>Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup><br>Enciam ecològic i pastanga<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> ECO | 2<br>Bròquil ecològic amb<br>180 GR patates<br>Pernilets de pollastre<br>Halal al forn<br>Enciam ecològic i<br>tomàquet<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR<br>fruita ECO                                     | 3<br>Crema de verdures<br>Pit de gall d'indi Halal en salsa<br>Àrròs integral amb espècies<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita<br>ecològica  |
| 6<br>150 GR Macarrons a la<br>norma <sup>1,3</sup><br>(ceba, tomàquet, albergínia)<br>Lluç al forn <sup>4</sup><br>Enciam ecològic i blat de<br>moro<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita ECO | 7<br>150 GR Mongeta quisada amb<br>verdures<br>Truita de carbassó <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i pastanga<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita<br>ecològica ECO                                 | 8<br>180 GR Patates estofades<br>Salsitxes de pollastre Halal<br>Enciam ecològic i olives<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> ECO  | 9<br>Crema de carbassa<br>Rollets de primavera <sup>1</sup><br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita<br>ecològica ECO   | 10<br>Trinxat de col i 180 GR patata<br>Pollastre Halal a l'ast<br>Enciam ecològic i tomàquet<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita<br>ECO   |
| 13<br>160GR Arros amb verdures<br>Calamars guisats <sup>4,14</sup><br>Enciam ecològic i pastanga<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita<br>ECO  | 14<br><br>Ens ho mengem tot<br>150 GR Macarrons amb<br>tomàquet <sup>1</sup><br>Pit de pollastre Halal al forn<br>Enciam ecològic i tomàquet<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita<br>ecològica ECO | 15<br>Crema de carbassó<br>Truita de patata <sup>3</sup><br>Enciam ecològic i brots de<br>soja<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> ECO   | 16<br><b>DIJOUS LLARDER</b><br>150 GR Mongeta seca<br>ecològica amb verdures<br>Filet de lluç al forn <sup>4</sup><br>Enciam ecològic i pastanaga<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita<br>ecològica ECO | 17<br><b>CARNESTOLTES</b><br>Pizza variada <sup>3,7,1</sup><br>Mandonguilles de vedella Halal<br>a la jardinera<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i pastisset <sup>1,3,7</sup><br>ECO                      |
| 20<br>FESTA   | 21<br>160 GR Arròs amb sofregit de<br>verdures i tomàquet<br>Truita de tonyina <sup>3,4</sup><br>Enciam ecològic i olives<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita<br>ECO                              | 22<br>150 GR Llaçets amb tomàquet i<br>tonyina <sup>1,4</sup><br>Gall d'indi Halal amb<br>xampinyons<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>   | 23<br>Coliflor i 180 GR patata<br>Fricandó de vedella Halal a la<br>jardinera<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita<br>ECO   | 24<br>150 GR Sopa de brou d'au<br>Halal amb pasta integral <sup>1</sup><br>Peix fresc s/mercat <sup>4</sup><br>Enciam ecològic i olives<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita<br>ecològica ECO |
| 27<br>Crema de pastanaga<br>Pollastre Halal al forn amb<br>llimona<br>Enciam ecològic i blat de moro<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita<br>ecològica ECO                                    | 28<br>150 GR Espaguetis amb<br>tomàquet <sup>1,3</sup><br>Hamburguesa de vedella<br>Halal al forn<br>Enciam ecològic i blat de<br>moro<br>20 GR Pa <sup>1</sup> i 100 GR fruita<br>ECO                 |  |   |   |

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

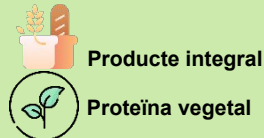
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques

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

Els iogurts seran de proximitat del Bages

FELIC CARNESTOLTES

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



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