



GENER 2024

INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

MENÚ BASAL



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
BON ANY NOU				
8 Arròs a la napolitana Croquetes de carn d'olla ^{1,3} Pastanaga, blat de moro i olives Pa ¹ i pinya i préssec en almívar	9 Cigrons amb verdures Trita de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	10 Bròquil amb patates Pollastre al forn amb espècies Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	11 Espaguetis a la carbonara ^{1,7} Lluç al forn a les fines herbes ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	12 Crema de carabassó Gall dindi amb sanfaina Patates xips Pa ¹ i fruita ecològica
15 Macarrons ecològics a la bolonyesa ¹ Trita de carabassó ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	16 Mongeta verda i patates Guisat de porc amb xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llenties estofades amb verdures Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	18 EL MENÚ DE L'AMPARO: Brou de carn amb pasta ¹ Hamburguesa de vedella ecològica amb patates fregides Pa ¹ i Natilles de xocolata ⁷	
22 Espirals amb salsa de tomàquet ¹ Salsitxes d'au Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	23 Coliflor amb patates Pollastre al curry Carabassó arrebossat ^{1,3} Pa ¹ i fruita	24 Arròs amb verdures Llom a l'allet Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	25 Cigrons estofats amb espinacs Trita de verdures ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	26 Crema de carabassa Bacallà amb sofregit de tomàquet i verdures ⁴ Pa ¹ i fruita ecològica
29 Llaçets amb tomàquet ¹ Pollastre rostit Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	30 Trinxat de la Cerdanya (amb bacó) Botifarra al forn Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Mongeta verda amb patates Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷		

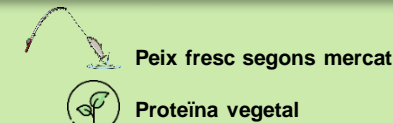
- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral

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

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

Els iogurts seran de proximitat 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



GENER 2024

INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

MENÚ SENSE LLEGUMS I SENSE ALIMENTS ÀCIDS



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
BON ANY NOU				
8 Arròs blanc amb oli Llom de porc a la planxa Pastanaga, blat de moro i olives Pa ¹ i pinya i préssec en almívar	9 Patates bullides amb verdures Truita de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	10 Bròquil amb patates Pollastre al forn Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	11 Espaguetis blancs amb oli ¹ Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	12 Crema de carabassó Gall dindi amb verdures Patates al forn Pa ¹ i fruita ecològica
15 Macarrons blancs amb oli ¹ Truita de carabassó ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	16 Mongeta verda i patates Llom de porc amb xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	17 Patates bullides amb verdures Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	18 EL MENÚ DE L'AMPARO: Brou de carn amb pasta ¹ Hamburguesa de vedella ecològica amb patates al forn Pa ¹ i Natilles de xocolata ⁷	
22 Espirals blancs amb oli ¹ Salsitxes d'au Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	23 Coliflor amb patates Pollastre al forn Carabassó arrebossat ^{1,3} Pa ¹ i fruita	24 Arròs blanc amb oli Llom al forn Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	25 Patates bullides amb espinacs Truita de verdures ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	26 Crema de carabassa Bacallà amb verdures ⁴ Pa ¹ i fruita ecològica
29 Llaçets blancs amb olit ¹ Pollastre al forn Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	30 Trinxat de la Cerdanya Botifarra al forn Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Mongeta verda amb patates Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷		

- ✓ 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

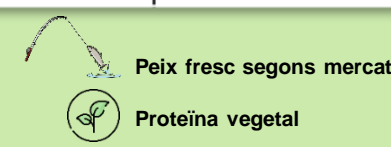
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



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

Els iogurts seran de proximitat 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



GENER 2024

INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

MENÚ HIPOCALÒRIC



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
BON ANY NOU				
8 Arròs a la napolitana Llom de porc a la planxa Pastanaga, blat de moro i olives Pa ¹ i fruita	9 Cigrons amb verdures Trita a la francesa ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	10 Bròquil amb patates Pollastre al forn amb espècies Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà desnatat ⁷	11 Espaguetis a la carbonara ^{1,7} Lluç al forn a les fines herbes ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	12 Crema de carabassó Gall dindi amb sanfaina Pa ¹ i fruita ecològica
15 Macarrons ecològics a la bolonyesa ¹ Trita de carabassó ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	16 Mongeta verda i patates Guisat de porc amb xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llenties estofades amb verdures Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	18 EL MENÚ DE L'AMPARO: Brou de carn amb pasta ¹ Hamburguesa de vedella ecològica amb amanida Pa ¹ i lacti artesà desnatat ⁷	
22 Espirals amb salsa de tomàquet ¹ Salsitxes d'au Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	23 Coliflor amb patates Pollastre al curry Amanida variada Pa ¹ i fruita	24 Arròs amb verdures Llom a l'allet Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà desnatat ⁷	25 Cigrons estofats amb espinacs Trita a la francesa ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	26 Crema de carabassa Bacallà amb sofregit de tomàquet i verdures ⁴ Pa ¹ i fruita ecològica
29 Llaçets amb tomàquet ¹ Pollastre rostit Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	30 Trinxat de col i patata Botifarra al forn Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Mongeta verda amb patates Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷		

- ✓ 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

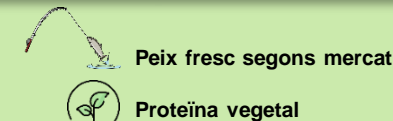
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



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

Els iogurts seran de proximitat 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



GENER 2024

INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

MENÚ HALAL



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
BON ANY NOU				
8 Arròs a la napolitana Croquetes de bacallà ^{1,3,4} Pastanaga, blat de moro i olives Pa ¹ i pinya i préssec en almívar	9 Cigrons amb verdures Truita de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	10 Bròquil amb patates Pollastre halal al forn amb espècies Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	11 Espaguetis amb tomàquet ¹ Lluç al forn a les fines herbes ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	12 Crema de carabassó Gall dindi halal amb sanfaina Patates xips Pa ¹ i fruita ecològica
15 Macarrons ecològics amb salsa de tomàquet ¹ Truita de carabassó ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	16 Mongeta verda i patates Guisat de gall dindi halal amb xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llenties estofades amb verdures Pollastre halal a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	EL MENÚ DE L'AMPARO: 18 Brou de carn halal amb pasta ¹ Hamburguesa de vedella ecològica halal amb patates fregides Pa ¹ i Natilles de xocolata ⁷	
22 Espirals amb salsa de tomàquet ¹ Salsitxes d'au halal Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	23 Coliflor amb patates Pollastre halal al curry Carabassó arrebossat ^{1,3} Pa ¹ i fruita	24 Arròs amb verdures Gall d'indi al forn Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	25 Cigrons estofats amb espinacs Truita de verdures ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	26 Crema de carabassa Bacallà amb sofregit de tomàquet i verdures ⁴ Pa ¹ i fruita ecològica
29 Llaçets amb tomàquet ¹ Pollastre halal rostit Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	30 Trixat de col i patata Salsitxes d'au halal Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Mongeta verda amb patates Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷		

- ✓ 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, plàtan, mandarina, taronja

Els iogurts seran de proximitat del Bages

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



Peix fresc segons mercat

Proteïna vegetal

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



INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

GENER 2024

MENÚ SENSE GLUTEN



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
BON ANY NOU				
8 Arròs a la napolitana Llom a la planxa Pastanaga, blat de moro i olives Pa s/gluten i pinya i prèsec en almívar	9 Cigrons amb verdures Trita de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa s/gluten i fruita ecològica	10 Bròquil amb patates Pollastre al forn amb espècies Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i lacti artesà ⁷	11 Pasta s/gluten a la carbonara ⁷ Lluç al forn a les fines herbes ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa s/gluten i fruita	12 Crema de carabassó Gall dindi amb sanfaina Patates xips Pa s/gluten i fruita ecològica
15 Pasta s/glutena la bolonyesa Trita de carabassó ³ Enciam ecològic i olives Pa s/gluten i fruita	16 Mongeta verda i patates Guisat de porc amb xampinyons Pa s/gluten i fruita ecològica	17 Llenties estofades amb verdures Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa s/gluten i fruita	EL MENÚ DE L'AMPARO: 18 Brou de carn amb pasta s/gluten Hamburguesa de vedella ecològica amb patates fregides Pa s/gluten i Natilles de xocolata ⁷	
22 Pasta s/gluten amb salsa de tomàquet ¹ Salsitxes d'au Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i fruita ecològica	23 Coliflor amb patates Pollastre al curry Amanida variada Pa s/gluten i fruita	24 Arròs amb verdures Llom a l'allet Enciam ecològic i pastanaga Pa s/gluten i lacti artesà ⁷	25 Cigrons estofats amb espinacs Trita de verdures ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa s/gluten i fruita	19 Patates guisades amb verdures Peix fresc s/mercat ⁴ Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i fruita ecològica
29 Pasta s/gluten amb tomàquet Pollastre rostit Enciam ecològic i olives Pa s/gluten i fruita ecològica	30 Trinxat de la Cerdanya (amb bacó) Botifarra al forn Enciam ecològic i tomàquet Pa s/gluten i fruita	31 Mongeta verda amb patates Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷		26 Crema de carabassa Bacallà amb sofregit de tomàquet i verdures ⁴ Pa s/gluten 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

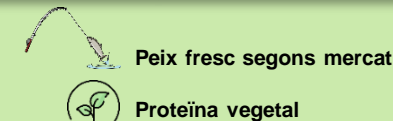
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



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

Els iogurts seran de proximitat 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



GENER 2024

INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

MENÚ SENSE OU



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
BON ANY NOU				
8 Arròs a la napolitana Llom a la planxa Pastanaga, blat de moro i olives Pa ¹ i pinya i préssec en almívar	9 Cigrons amb verdures Pit de pollastre a la planxa Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	10 Bròquil amb patates Pollastre al forn amb espècies Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	11 Espaguetis s/ou a la carbonara ^{1,7} Lluç al forn a les fines herbes ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	12 Crema de carabassó Gall dindi amb sanfaina Patates xips Pa ¹ i fruita ecològica
15 Macarrons ecològics a la bolonyesa ¹ Cap de llom a la planxa Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	16 Mongeta verda i patates Guisat de porc amb xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llenties estofades amb verdures Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	EL MENÚ DE L'AMPARO: 18 Brou de carn amb pasta s/ou ¹ Hamburguesa de vedella ecològica amb patates fregides Pa ¹ i Natilles de xocolata ⁷ 19 Patates guisades amb verdures i carn Peix fresc s/mercat⁴ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	
22 Espirals s/ou amb salsa de tomàquet ¹ Salsitxes d'au Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	23 Coliflor amb patates Pollastre al curry Amanida variada Pa ¹ i fruita	24 Arròs amb verdures Llom a l'allet Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	25 Cigrons estofats amb espinacs Pit de pollastre a la planxa Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	26 Crema de carabassa Bacallà amb sofregit de tomàquet i verdures ⁴ Pa ¹ i fruita ecològica
29 Llaçets s/ou amb tomàquet ¹ Pollastre rostit Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	30 Trinxat de la Cerdanya (amb bacó) Botifarra al forn Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Mongeta verda amb patates Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷		

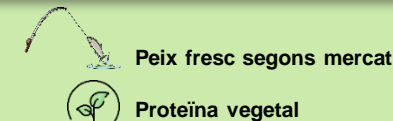
- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral

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

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

Els iogurts seran de proximitat 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



GENER 2024

INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

MENÚ SENSE PEIX



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
BON ANY NOU				
8 Arròs a la napolitana Croquetes de carn d'olla ^{1,3} Pastanaga, blat de moro i olives Pa ¹ i pinya i préssec en almívar	9 Cigrons amb verdures Trita de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	10 Bròquil amb patates Pollastre al forn amb espècies Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	11 Espaguetis a la carbonara ^{1,7} Pit de pollastre a la planxa Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	12 Crema de carabassó Gall dindi amb sanfaina Patates xips Pa ¹ i fruita ecològica
15 Macarrons ecològics a la bolonyesa ¹ Trita de carabassó ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	16 Mongeta verda i patates Guisat de porc amb xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llenties estofades amb verdures Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	18 EL MENÚ DE L'AMPARO: Brou de carn amb pasta ¹ Hamburguesa de vedella ecològica amb patates fregides Pa ¹ i Natilles de xocolata ⁷	
22 Espirals amb salsa de tomàquet ¹ Salsitxes d'au Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	23 Coliflor amb patates Pollastre al curry Carabassó arrebossat ^{1,3} Pa ¹ i fruita	24 Arròs amb verdures Llom a l'allet Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	25 Cigrons estofats amb espinacs Trita de verdures ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	26 Crema de carabassa Pit de pollastre a la planxa Pa ¹ i fruita ecològica
29 Llaçets amb tomàquet ¹ Pollastre rostit Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	30 Trinxat de la Cerdanya (amb bacó) Botifarra al forn Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Mongeta verda amb patates Gall d'indi al forn Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷		

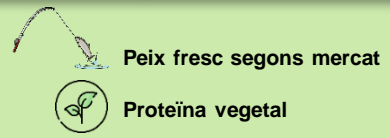
- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral

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

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

Els iogurts seran de proximitat 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



GENER 2024

INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

MENÚ SENSE LACTOSA, SENSE LLET



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
BON ANY NOU				
8 Arròs a la napolitana Llom de porc a la planxa Pastanaga, blat de moro i olives Pa ¹ i pinya i préssec en almívar	9 Cigrons amb verdures Trita de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	10 Bròquil amb patates Pollastre al forn amb espècies Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i lacti de soja	11 Espaguetis amb tomàquet ¹ Lluç al forn a les fines herbes ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	12 Crema de carabassó Gall dindi amb sanfaina Patates xips Pa ¹ i fruita ecològica
15 Macarrons ecològics a la bolonyesa ¹ Trita de carabassó ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	16 Mongeta verda i patates Guisat de porc amb xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llenties estofades amb verdures Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	18 EL MENÚ DE L'AMPARO: Brou de carn amb pasta ¹ Hamburguesa de vedella ecològica amb patates fregides Pa ¹ i lacti de soja	
22 Espirals amb salsa de tomàquet ¹ Salsitxes d'au Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	23 Coliflor amb patates Pollastre al curry Carabassó arrebossat ^{1,3} Pa ¹ i fruita	24 Arròs amb verdures Llom a l'allet Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti de soja	25 Cigrons estofats amb espinacs Trita de verdures ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	26 Crema de carabassa Bacallà amb sofregit de tomàquet i verdures ⁴ Pa ¹ i fruita ecològica
29 Llaçets amb tomàquet ¹ Pollastre rostit Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	30 Trinxat de la Cerdanya (amb bacó) Botifarra al forn Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Mongeta verda amb patates Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti de soja		

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; per 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

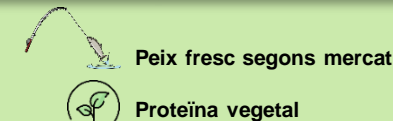
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



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

Els iogurts seran de proximitat 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



GENER 2024

INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

MENÚ VEGÀ



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
BON ANY NOU				
8 Arròs a la napolitana Llenties de l'olla Pastanaga, blat de moro i olives Pa ¹ i pinya i préssec en almívar	9 Cigrons amb verdures Verdura del dia Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	10 Bròquil amb patates Setià a la planxa Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i lacti de soja	11 Espaguetis amb tomàquet ¹ Llenties de l'olla Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	12 Crema de carabassó Tofu amb sanfaina Patates xips Pa ¹ i fruita ecològica
15 Macarrons ecològics amb salsa de tomàquet ¹ Seitià a la planxa Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	16 Mongeta verda i patates Guisat de tofu amb xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	17 Llenties estofades amb verdures Verdura del dia Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	18 EL MENÚ DE L'AMPARO: Verdura del dia Hamburguesa vegetal amb patates fregides Pa ¹ i lacti de soja	19 Patates guisades amb verdures Llenties saltejades Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica
22 Espirals amb salsa de tomàquet ¹ Pèsols saltejats amb patata Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	23 Coliflor amb patates Tofu al curry Amanida variada Pa ¹ i fruita	24 Arròs amb verdures Seitià a la planxa Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti de soja	25 Cigrons estofats amb espinacs Verdura del dia Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	26 Crema de carabassa Mongeta seca amb verdura Pa ¹ i fruita ecològica
29 Llaçets amb tomàquet ¹ Hamburguesa vegetal Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	30 Trinxat de col i patates Llenties de l'olla Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Mongeta verda amb patates Seitià a la planxa Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti de soja		

- ✓ 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

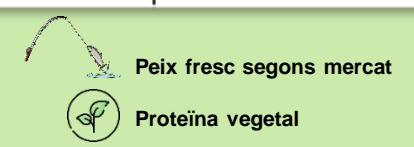
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



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

Els iogurts seran de proximitat 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



GENER 2024

INSTITUT-ESCOLA ANTAVIANA

MENÚ DIABÈTIC 4R+HALAL



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
BON ANY NOU				
8 155 GR Arròs a la napolitana Croquetes de carn d'olla ^{1,3} Pastanaga, blat de moro i olives Pa ¹ i pinya i préssec en almívar	9 180 GR Cigrons amb verdures Trita de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	10 Bròquil amb 180 GR patates Pollastre al forn amb espècies Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i lacti artesà ⁷	11 175 GR Espaguetis a la carbonara ^{1,7} Lluç al forn a les fines herbes ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	12 Crema de carabassó 180 GR de Patata Gall dindi amb sanfaina 60 GR Patates xips Pa ¹ i fruita ecològica
15 175 GR Macarrons ecològics a la bolonyesa ¹ Trita de carabassó ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	16 Mongeta verda i 180 GR patates Guisat de porc amb xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica	17 180 GR Llenties estofades amb verdures Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	18 EL MENÚ DE L'AMPARO: Brou de carn amb pasta ¹ Hamburguesa de vedella ecològica amb patates fregides Pa ¹ i Natilles de xocolata ⁷	19 180 GR Patates guisades amb verdures Peix fresc s/mercat ⁴ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica
22 175 GR Espirals amb salsa de tomàquet ¹ Salsitxes d'au Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	23 Coliflor amb 180 GR patates Pollastre al curry Carabassó arrebossat ^{1,3} Pa ¹ i fruita	24 155 GR Arròs amb verdures Llom a l'allet Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	25 180 GR Cigrons estofats amb espinacs Trita de verdures ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	26 Crema de carabassa 180 GR de Patata Bacallà amb sofregit de tomàquet i verdures ⁴ Pa ¹ i fruita ecològica
29 175 GR Llaçets amb tomàquet ¹ Pollastre rostit Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	30 Trinxat de la Cerdanya 180 GR de Patata Botifarra al forn Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Mongeta verda amb 180 GR patates Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷		

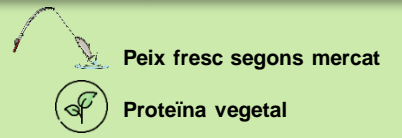
- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral

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

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

Els iogurts seran de proximitat 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