



INSTITUT MONTSERRAT ROIG



Maig 2024

MENÚ BASAL

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Llenties estofades amb verdures ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Pollastre al forn Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	3 Crema de carbassó Truita de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica
6 Espaguetis amb salsa de tomàquet ^{1,3} Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Salsitxes d'au al forn ¹² Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	8 Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Pollastre arrebossat ^{1,3,7,6,11} Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	9 Sopa amb pasta ecològica ^{1,3,9} Truita de carbassó ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	10 Mongeta tendra i patata Gall dindi al curry Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita
13 Arròs amb salsa de tomàquet Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Amanida de pasta ^{1,3} (tomàquet, oliva, blat de moro) Hamburguesa de vedella al forn ¹² Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	15 Coliflor amb patata Lluç arrebossat ^{4,7,1} Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	16 Mongetes seques estofades (ceba, carbassa, tomàquet) Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	17 LLIURE ELECCIÓ
20 FESTIU	21 Llenties ecològiques estofades ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Calamars a la romana ^{14,1,3} Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	22 Patates guisades (tomàquet, cebes, pèsols, pastanaga) Pollastre a la taronja Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	23 Bròquil i patata Mandonguilles vedella a la jardinera (pastanaga, tomàquet, xampinyons) Pa ¹ i fruita	24 Amanida russa Truita de patates ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita ecològica
27 Arròs caldós amb verdures (pastanaga, pèsols, blat de moro) Gall dindi cordon bleu ^{1,3,7,6,9,10} Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 Celebrem els aniversaris del mes!! Crema de carbassa Pollastre al forn Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i pastís	29 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	30 Mongeta tendra i patata Peix fresc segons mercat ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Macarrons a la carbonara ^{1,3,7} Truita francesa ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ 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, taronja, plàtan canari, kiwi, maduixa

El lacti serà iogurt artesà del Bages

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



Productes de proximitat
 Productes de temporada

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



INSTITUT MONTSERRAT ROIG



Maig 2024

MENÚ DIABÈTIC

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 200GR Llenties estofades amb verdures ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Pollastre al forn Enciam ecològic i blat de moro 20GR Pa ¹ i fruita	3 Crema de carbassó Truita de patates ³ 140GR Arròs Enciam ecològic i pastanaga 20GR Pa ¹ i fruita ecològica
6 180GR Espaguetis amb salsa de tomàquet ^{1,3} Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i olives 20GR Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 200GR Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Salsitxes d'au al forn ¹² Enciam ecològic i pastanaga 20GR Pa ¹ i fruita ecològica	8 180GR Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Pollastre arrebossat ^{1,3,7,6,11} Enciam ecològic i tomàquet 20GR Pa ¹ i fruita	9 180GR Sopa amb pasta ecològica ^{1,3,9} Truita de carbassó ³ Enciam ecològic i cogombre 20GR Pa ¹ i fruita	10 Mongeta tendra i 200GR patata Gall dindi al curry Enciam ecològic i blat de moro 20GR Pa ¹ i fruita
13 180GR Arròs amb salsa de tomàquet Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives 20GR Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 180GR Amanida de pasta ^{1,3} (tomàquet, oliva, blat de moro) Hamburguesa de vedella al forn ¹² Enciam ecològic i pastanaga 20GR Pa ¹ i fruita ecològica	15 Coliflor amb 200GR patata Lluç arrebossat ^{4,7,1} Enciam ecològic i blat de moro 20GR Pa ¹ i fruita	16 200GR Mongetes seques estofades (ceba, carbassa, tomàquet) Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet 20GR Pa ¹ i fruita	17 LLIURE ELECCIÓ
20 FESTIU	21 200GR Llenties ecològiques estofades ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Calamars a la romana ^{14,1,3} Enciam ecològic i olives 20GR Pa ¹ i fruita	22 200GR Patates guisades (tomàquet, cebes, pèsols, pastanaga) Pollastre a la taronja Enciam ecològic i pastanaga 20GR Pa ¹ i fruita	23 Bròquil i 200GR patata Mandonguilles vedella a la jardineria (pastanaga, tomàquet, xampinyons) 20GR Pa ¹ i fruita	24 200GR Amanida russa Truita de patates ³ Enciam ecològic i tomàquet 20GR Pa ¹ i fruita ecològica
27 180GR Arròs caldós amb verdures (pastanaga, pèsols, blat de moro) Gall dindi cordon bleu ^{1,3,7,6,9,10} Enciam ecològic i olives 20GR Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 Celebrem els aniversaris del mes!! Crema de carbassa Pollastre al forn 140GR Arròs Enciam ecològic i blat de moro 20GR Pa ¹ i pastís	29 200GR Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i cogombre 20GR Pa ¹ i fruita	30 Mongeta tendra i 200GR patata Peix fresc segons mercat ⁴ Enciam ecològic i tomàquet 20GR Pa ¹ i fruita	31 180GR Macarrons a la carbonara ^{1,3,7} Truita francesa ³ Enciam ecològic i cogombre 20GR Pa ¹ 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, taronja, plàtan canari, kiwi, maduixa

El lacti serà iogurt artesà del Bages

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



Productes de proximitat
 Productes de temporada

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



INSTITUT MONTSERRAT ROIG



Maig 2024

MENÚ HALAL

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Llenties estofades amb verdures ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Pollastre halal al forn Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	3 Crema de carbassó Truita de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica
6 Espaguetis amb salsa de tomàquet ^{1,3} Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Salsitxes d'au halal al forn ¹² Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	8 Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Pollastre halal al forn Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	9 Sopa amb pasta ecològica ^{1,3,9} Truita de carbassó ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	10 Mongeta tendra i patata Gall dindi halal al curry Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita
13 Arròs amb salsa de tomàquet Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Amanida de pasta ^{1,3} (tomàquet, oliva, blat de moro) Hamburguesa vedella halal forn ¹² Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	15 Coliflor amb patata Lluç arrebossat ^{4,7,1} Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	16 Mongetes seques estofades (ceba, carbassa, tomàquet) Pollastre halal a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	17 LLIURE ELECCIÓ
20 FESTIU	21 Llenties ecològiques estofades ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Calamars a la romana ^{14,1,3} Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	22 Patates guisades (tomàquet, cebes, pèsols, pastanaga) Pollastre halal a la taronja Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	23 Bròquil i patata Mandonguilles vedella halal a la jardineria (pastanaga, tomàquet, xampinyons) Pa ¹ i fruita	24 Amanida russa Truita de patates ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita ecològica
27 Arròs caldós amb verdures (pastanaga, pèsols, blat de moro) Gall dindi halal al forn Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 Celebrem els aniversaris del mes!! Crema de carbassa Pollastre halal al forn Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i pastís	29 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Truita francesa ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	30 Mongeta tendra i patata Peix fresc segons mercat ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Macarrons amb tomàquet ^{1,3} Truita francesa ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ 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, taronja, plàtan canari, kiwi, maduixa**

El lacti serà iogurt artesà del Bages

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



Productes de proximitat
 Productes de temporada

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



INSTITUT MONTSERRAT ROIG



Maig 2024

MENÚ SENSE GLUTEN

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Pèsols estofats amb verdures Pollastre al forn Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i fruita	3 Crema de carbassó Truitada de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa s/gluten i fruita ecològica
6 Pasta s/gluten amb salsa de tomàquet Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i olives Pa s/gluten i lacti artesà ⁷	7 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Salsitxes d'au al forn ¹² Enciam ecològic i pastanaga Pa s/gluten i fruita ecològica	8 Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Pollastre al forn Enciam ecològic i tomàquet Pa s/gluten i fruita	9 Sopa amb pasta s/gluten ⁹ Truitada de carbassó ³ Enciam ecològic i cogombre Pa s/gluten i fruita	10 Mongeta tendra i patata Gall dindi al curry Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i fruita
13 Arròs amb salsa de tomàquet Truitada francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa s/gluten i lacti artesà ⁷	14 Amanida de pasta s/gluten (tomàquet, oliva, blat de moro) Hamburguesa de vedella al forn ¹² Enciam ecològic i pastanaga Pa s/gluten i fruita ecològica	15 Coliflor amb patata Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i fruita	16 Mongetes seques estofades (ceba, carbassa, tomàquet) Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa s/gluten i fruita	17 LLIURE ELECCIÓ
20 FESTIU	21 Pèsols estofats (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Calamars a la romana s/gluten ^{14,1,3} Enciam ecològic i olives Pa s/gluten i Fruita	22 Patates guisades (tomàquet, cebes, pèsols, pastanaga) Pollastre a la taronja Enciam ecològic i pastanaga Pa s/gluten i fruita	23 Bròquil i patata Mandonguilles vedella a la jardineria (pastanaga, tomàquet, xampinyons) Pa s/gluten i fruita	24 Amanida russa Truitada de patates ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa s/gluten i fruita ecològica
27 Arròs caldós amb verdures (pastanaga, pèsols, blat de moro) Gall dindi al forn Enciam ecològic i olives Pa s/gluten i lacti artesà ⁷	28 Celebrem els aniversaris del mes!! Crema de carbassa Pollastre al forn Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i postre s/al·lèrgens	29 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i cogombre Pa s/gluten i fruita	30 Mongeta tendra i patata Peix fresc segons mercat ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa s/gluten i fruita	31 Pasta s/gluten amb tomàquet Truitada francesa ³ Enciam ecològic i cogombre 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

ECO

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:

Poma, pera, taronja, plàtan canari, kiwi, maduixa

El lacti serà iogurt artesà del Bages

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



Productes de proximitat
Productes de temporada

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



INSTITUT MONTSERRAT ROIG

Maig 2024

MENÚ NO MARISC



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Llenties estofades amb verdures ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Pollastre al forn Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	3 Crema de carbassó Truitada de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica
6 Espaguetis amb salsa de tomàquet ^{1,3} Truitada francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Salsitxes d'au al forn ¹² Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	8 Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Pollastre arrebossat ^{1,3,7,6,11} Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	9 Sopa amb pasta ecològica ^{1,3,9} Truitada de carbassó ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	10 Mongeta tendra i patata Gall dindi al curry Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita
13 Arròs amb salsa de tomàquet Truitada francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Amanida de pasta ^{1,3} (tomàquet, oliva, blat de moro) Hamburguesa de vedella al forn ¹² Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	15 Coliflor amb patata Truitada francesa ³ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	16 Mongetes seques estofades (ceba, carbassa, tomàquet) Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	17 LLIURE ELECCIÓ
20 FESTIU	21 Llenties ecològiques estofades ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Pollastre arrebossat ^{1,3,7,6,11} Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	22 Patates guisades (tomàquet, cebes, pèsols, pastanaga) Pollastre a la taronja Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	23 Bròquil i patata Mandonguilles vedella a la jardinera (pastanaga, tomàquet, xampinyons) Pa ¹ i fruita	24 Amanida russa Truitada de patates ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita ecològica
27 Arròs caldós amb verdures (pastanaga, pèsols, blat de moro) Gall dindi cordon bleu ^{1,3,7,6,9,10} Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 Celebrem els aniversaris del mes!! Crema de carbassa Pollastre al forn Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i pastís	29 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	30 Mongeta tendra i patata Gall dindi al forn Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Macarrons amb tomàquet ^{1,3} Truitada francesa ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ 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, taronja, plàtan canari, kiwi, maduixa

El lacti serà iogurt artesà del Bages

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



Productes de proximitat
 Productes de temporada

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



INSTITUT MONTSERRAT ROIG

Maig 2024

MENÚ NO FRUITS SECS



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Llenties estofades amb verdures ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Pollastre al forn Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	3 Crema de carbassó Truita de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica
6 Espaguetis amb salsa de tomàquet ^{1,3} Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Salsitxes d'au al forn ¹² Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	8 Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Pollastre arrebossat ^{1,3,7,6,11} Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	9 Sopa amb pasta ecològica ^{1,3,9} Truita de carbassó ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	10 Mongeta tendra i patata Gall dindi al curry Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita
13 Arròs amb salsa de tomàquet Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Amanida de pasta ^{1,3} (tomàquet, oliva, blat de moro) Hamburguesa de vedella al forn ¹² Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	15 Coliflor amb patata Lluç arrebossat ^{4,7,1} Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	16 Mongetes seques estofades (ceba, carbassa, tomàquet) Pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	17 LLIURE ELECCIÓ
20 FESTIU	21 Llenties ecològiques estofades ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Calamars a la romana ^{14,1,3} Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	22 Patates guisades (tomàquet, cebes, pèsols, pastanaga) Pollastre a la taronja Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	23 Bròquil i patata Mandonguilles vedella a la jardinera (pastanaga, tomàquet, xampinyons) Pa ¹ i fruita	24 Amanida russa Truita de patates ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita ecològica
27 Arròs caldós amb verdures (pastanaga, pèsols, blat de moro) Gall dindi cordon bleu ^{1,3,7,6,9,10} Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 Celebrem els aniversaris del mes!! Crema de carbassa Pollastre al forn Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i postre s/al·lèrgens	29 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	30 Mongeta tendra i patata Peix fresc segons mercat ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Macarrons amb tomàquet ^{1,3} Truita francesa ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita

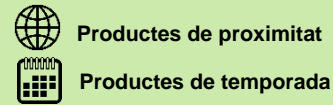
- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir **crostons**
- ✓ En les pastes s'ofereix **formatge ratllat**
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix **pa integral**

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

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

El lacti serà iogurt artesà del Bages

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



INSTITUT MONTSERRAT ROIG

Maig 2024

MENÚ NO CARN



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Llenties estofades amb verdures ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	3 Crema de carbassó Trita de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica
6 Espaguetis amb salsa de tomàquet ^{1,3} Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Trita francesa ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	8 Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Hamburguesa cuscús amb verdures ¹ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	9 Sopa vegetal amb pasta ecològica ^{1,3,9} Trita de carbassó ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	10 Mongeta tendra i patata Hamburguesa falafel ¹ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita
13 Arròs amb salsa de tomàquet Trita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Amanida de pasta ^{1,3} (tomàquet, oliva, blat de moro) Hamburguesa cuscús amb verdures ¹ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	15 Coliflor amb patata Lluç arrebossat ^{4,7,1} Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	16 Mongetes seques estofades (ceba, carbassa, tomàquet) Trita francesa ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	17 LLIURE ELECCIÓ
20 FESTIU	21 Llenties ecològiques estofades ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Calamars a la romana ^{14,1,3} Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	22 Patates guisades (tomàquet, cebes, pèsols, pastanaga) Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	23 Bròquil i patata Hamburguesa falafel ¹ amb pastanaga Pa ¹ i fruita	24 Amanida russa Trita de patates ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita ecològica
27 Arròs caldós amb verdures (pastanaga, pèsols, blat de moro) Hamburguesa cuscús amb verdures ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 Celebrem els aniversaris del mes!! Crema de carbassa Lluç al forn ⁴ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i pastís	29 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Trita francesa ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	30 Mongeta tendra i patata Peix fresc segons mercat ⁴ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Macarrons amb tomàquet ^{1,3} Trita francesa ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ 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, taronja, plàtan canari, kiwi, maduixa

El lacti serà iogurt artesà del Bages

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



Productes de proximitat
 Productes de temporada

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



INSTITUT MONTSERRAT ROIG

Maig 2024

MENÚ VEGETARIÀ



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Llenties estofades amb verdures ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Arròs blanc Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	3 Crema de carbassó Truita de patates ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica
6 Espaguetis amb salsa de tomàquet ^{1,3} Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Mongeta tendra amb patata Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	8 Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Hamburguesa cuscús amb verdures ¹ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	9 Sopa vegetal amb pasta ecològica ^{1,3,9} Truita de carbassó ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	10 Mongeta tendra i patata Hamburguesa falafel ¹ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita
13 Arròs amb salsa de tomàquet Truita francesa ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Amanida de pasta ^{1,3} (tomàquet, oliva, blat de moro) Hamburguesa cuscús amb verdures ¹ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	15 Coliflor amb patata Falafel al forn ¹ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	16 Mongetes seques estofades (ceba, carbassa, tomàquet) Truita francesa ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	17 LLIURE ELECCIÓ
20 FESTIU	21 Llenties ecològiques estofades ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Arròs blanc Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	22 Patates guisades (tomàquet, cebes, pèsols, pastanaga) Truita francesa ³ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	23 Bròquil i patata Hamburguesa falafel ¹ amb pastanaga Pa ¹ i fruita	24 Amanida russa Truita de patates ³ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita ecològica
27 Arròs caldós amb verdures (pastanaga, pèsols, blat de moro) Hamburguesa cuscús amb verdures ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 Celebrem els aniversaris del mes!! Crema de carbassa Hamburguesa falafel ¹ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i postre s/al·lèrgens	29 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Truita francesa ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	30 Mongeta tendra i patata Pèsols saltats amb cebes Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Macarrons amb tomàquet ^{1,3} Truita francesa ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ 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, taronja, plàtan canari, kiwi, maduixa

El lacti serà iogurt artesà del Bages

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



Productes de proximitat
 Productes de temporada

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



INSTITUT MONTSERRAT ROIG



Maig 2024

MENÚ VEGÀ

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 FESTIU	2 Llenties estofades amb verdures ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Arròs blanc Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	3 Crema de carbassó Hamburguesa cuscús amb verdures ¹ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica
6 Espaguetis amb salsa de tomàquet ^{1,3} Pèsols amb patata Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Mongeta tendra amb patata Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	8 Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Hamburguesa cuscús amb verdures ¹ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	9 Sopa vegetal amb pasta ecològica ^{1,3,9} Tofu amb tomàquet ⁶ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	10 Mongeta tendra i patata Hamburguesa falafel ¹ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita
13 Arròs amb salsa de tomàquet Mongeta tendra i patata Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Amanida de pasta ^{1,3} (tomàquet, oliva, blat de moro) Hamburguesa cuscús amb verdures ¹ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	15 Coliflor amb patata Falafel al forn ¹ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	16 Mongetes seques estofades (ceba, carbassa, tomàquet) Bledes amb patata Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	17 LLIURE ELECCIÓ
20 FESTIU	21 Llenties ecològiques estofades ¹ (ceba, pastanaga, tomàquet, pebrot) Arròs blanc Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	22 Patates guisades (tomàquet, cebes, pèsols, pastanaga) Hamburguesa cuscús amb verdures ¹ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	23 Bròquil i patata Hamburguesa falafel ¹ amb pastanaga Pa ¹ i fruita	24 Amanida russa Tofu amb tomàquet ⁶ Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita ecològica
27 Arròs caldós amb verdures (pastanaga, pèsols, blat de moro) Hamburguesa cuscús amb verdures ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	28 Celebrem els aniversaris del mes!! Crema de carbassa Hamburguesa falafel ¹ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i postre s/al·lèrgens	29 Cigrons estofats amb verdures (ceba, pastanaga, tomàquet) Coliflor amb patata Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	30 Mongeta tendra i patata Pèsols saltats amb cebes Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	31 Macarrons amb tomàquet ^{1,3} Espinacs amb patata Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ 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, taronja, plàtan canari, kiwi, maduixa

El lacti serà iogurt artesà del Bages

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 CACAÜETS 6 SOJA 7 LLET 8 FRUITS DE CLOSCA 9 API 10 MOSTASSA 11 SÈSAM 12 SULFIT 13 TRAMUSSOS 14 MOL·LUSCA



Productes de proximitat

Productes de temporada

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