

# SERVEI BAR-CANTINA MENJADOR

*El servei de BAR-CANTINA és de dilluns a divendres de  
8:30h a 15:30h.*



*L'Institut ofereix servei de menjador de dilluns a divendres de 14:30h a 15:30h amb cuina pròpia. Consta d'un dinar casolà a càrrec del bar-cantina de l'INS Rubió i Ors. Aquest servei de menjador ofereix la possibilitat d'adaptació del menú base segons les necessitats de l'alumne (diabètics, celíacs, intolerància a la lactosa, al·lèrgies alimentàries, menús sense carn de porc o trastorns aguts de l'aparell digestiu).*

*Preu del menú diari **6.50€** per àpat i **6.20€** si l'alumne es queda a dinar més de dos dies a la setmana. Es podrà abonar diàriament o mensualment.*

*Per obtenir més informació trucar al 685 80 74 69/ 665 28 41 91*



**Exemple de programació de menú mensual**

<b>Dilluns</b>	<b>Dimarts</b>	<b>Dimecres</b>	<b>Dijous</b>	<b>Divendres</b>
<p><b>Carn d'olla cigrons i patata</b> ***</p> <p><b>Figuretes de peix amb tomàquet amanit</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>	<p><b>Espaguetis bolonyesa</b>( amb carn picada de porc i vedella i sofregit de tomàquet) ***</p> <p><b>Salsitxes a la planxa amb patates xips</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>	<p><b>Estofat de patates i vedella amb verdures</b> (pastanaga, pèsols, tomàquet i ceba) ***</p> <p><b>Truita a la francesa amb enciam</b> ***</p> <p><b>Crema de xocolata</b></p>	<p><b>Verdura amb patata i mongeta tendra</b> ***</p> <p><b>Llibrets de pernil dolç i formatge</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>	<p><b>Sopa de pollastre i verdures</b>(pastanaga, ceba i api) ***</p> <p><b>Filet de mare de lluç amb enciam tomàquet i olives negres</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>
<p><b>Arròs amb pollastre i verdures</b> (pèsols, pastanaga, pebrots i tomàquet) ***</p> <p><b>Bunyols de bacallà amb patates al forn</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>	<p><b>Cigrons guisats amb tomàquet</b> ***</p> <p><b>Croquetes de pernil amb enciam i pastanaga</b> ***</p> <p><b>Flam de vainilla</b></p>	<p><b>Sopa de galets i verdures</b> (pastanaga i api) ***</p> <p><b>Canelons amb formatge gratinats al forn</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>	<p><b>Espaguetis a la marinera</b>( tonyina i salsa de tomàquet) ***</p> <p><b>Escalopa a la milanesa amb patates rosses</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>	<p><b>Mandonguilles a la jardiner</b>(amb pèsols, pastanaga, ceba, tomàquet i pebrots) ***</p> <p><b>Truita de patates amb xampinyons</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>
<p><b>Verdura</b> (patata i mongeta tendra) ***</p> <p><b>Hamburguesa de vedella a la planxa i formatge</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>	<p><b>Arròs amb salsa de tomàquet</b> ***</p> <p><b>Filet de seitó amb enciam pastanaga i panís</b> ***</p> <p><b>logurt natural</b></p>	<p><b>Sopa de pistons amb cigrons</b> ***</p> <p><b>Panini de pernil i formatge</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>	<p><b>Mongetes blanques amb all i julivert</b> ***</p> <p><b>Botifarra amb patates rosses i tomàquet amanit</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>	<p><b>Macarrons amb sofregit de tomàquet i ceba</b> ***</p> <p><b>Frankfurt a la planxa amb patates caliu</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>
<p><b>Llenties estofades amb tomàquet i ceba</b> ***</p> <p><b>Broqueta de gall d'indi amb enciam</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>	<p><b>Macarrons carbonara</b>(nata ,xampinyons i bacó) ***</p> <p><b>Crestes de tonyina amb pastanaga</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>	<p><b>Arròs amb bacallà i verdures</b> (pèsols, mongeta tendra, i pebrots) ***</p> <p><b>Croquetes de pollastre amb patates al forn</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>	<p><b>Escudella</b> ***</p> <p><b>Rodó de mare de lluç amb enciam i olives verdes</b> ***</p> <p><b>logurt de maduixa</b></p>	<p><b>Minestra tricolor</b>(patata, mongeta tenda, pastanaga i pèsols) ***</p> <p><b>Pollastre rostit al forn amb tomàquet</b> ***</p> <p><b>Fruita del temps</b></p>