



Escola El Montcau



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

MAIG 2026

MENÚ BASAL

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
---------	---------	----------	--------	-----------

4
Crema de llegums
Amanida de pasta^{1,3}
(tomàquet, blat de moro, olives)
Pa¹ i **fruita ecològica**

5
Mongeta tendra i patata
Pollastre a la llimona
Enciam ecològic i tomàquet
Pa¹ i fruita

6
Llenties ecoartesa amb
verdures¹
(tomàquet, pebrot, pastanaga)
Trita de patates³
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

7
Crema de verdures
Estofat de gall dindi amb
pastanaga i xampinyons
Pa¹ i fruita

1
 **Festiu**

8
Arròs tres delícies
(pastanaga, pèsols, blat de moro)
Lluç arrebossat^{4,1,3}
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i fruita

11
Mongetes seques estofades
(ceba, pastanaga, tomàquet)
Nuggets vegetals^{3,7,1}
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

12
Amanida de patates³
(tomàquet, olives, blat de moro)
Daus de pollastre adobat
Enciam ecològic i
blat de moro
Pa¹ i **fruita ecològica**

13
Espaguetis a la napolitana^{1,3}
Lluç al forn amb all i julivert⁴
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

14
Saltat d'arròs amb verduretes
(pastanaga, porro, carbassó)
Trita de tonyina^{3,4}
Enciam ecològic i nap ratllat
Pa¹ i fruita

15
Coliflor amb patata
Hamburguesa de vedella forn¹²
Enciam ecològic i tomàquet
Pa¹ i **fruita ecològica**

18
Crema de verdures
Gall dindi al curry
Patates fregides
Pa¹ i fruita

19
Empedrat de cigrons de ecoartesa
(ceba, pastanaga, tomàquet)
Hamburguesa de cuscús i
verdures^{1,3}
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i fruita

20
Wok d'arròs i verdures amb
soja⁶
(pastanaga, bròquil, porro)
Pollastre a la taronja
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i lacti artesà⁷

21
Crema de carbassó
Fideuà amb calamars^{1,3,14}
Pa¹ i **fruita ecològica**

22
Bròquil amb patata
Salsitxes d'au al forn¹²
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

25
 **Lliure disposició**

26
Espaguetis a la carbonara
vegetal amb xampinyons^{1,3}
Croquetes d'au^{1,7,3}
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i lacti artesà⁷

27
Crema de carbassa
Rigatone de llegum
amb tomàquet
Pa¹ i fruita

28
Amanida de lentilles¹
(tomàquet, cogombre, blat de moro, pastanaga)
Pernillets de pollastre forn
Enciam ecològic i
pastanaga
Pa¹ i **fruita ecològica**

29
Arròs amb salsa de tomàquet
Peix fresc s/mercat⁴
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i Pastís d'aniversari

Tots els àpats són
cuinats amb **oli
d'oliva**; pels fregits
s'utilitza oli
de gira-sol alt
oleic.

Dos cops a la
setmana
es serveix
pa integral.

ECO
Els nostres menús
inclouen llegums,
verdures,
i fruites **ecològiques**




Aquest mes les fruites que es
serviran de postres seran:
**poma, pera, taronja, plàtan
canari, kiwi, maduixes**

El lacti serà
iogurt artesà
del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de Catalunya
Al·lèrgens : **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
ELOSÇA
-  9 API
-  10 MOSTASSA
-  11 SÈSAM
-  12 SULFITS
-  13 TRAMUSSOS
-  14 MOL·LUSC



 **PRODUCTES DE PROXIMITAT**
 **PRODUCTES DE TEMPORADA**
 **PEIX FRESC SEGONS MERCAT**



Escola El Montcau

MAIG 2026

MENÚ NO OU NO FRUITS SECS



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

dilluns dimarts dimecres dijous divendres

4
Crema de llegums
Amanida de pasta s/ou
(tomàquet, blat de moro, olives)
Pa¹ i **fruita ecològica**

5
Mongeta tendra i patata
Pollastre a la llimona
Enciam ecològic i tomàquet
Pa¹ i fruita

6
Llenties ecoartesa amb
verdures¹
(tomàquet, pebrot, pastanaga)
Hamburguesa de vedella¹²
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

7
Crema de verdures
Estofat de gall dindi amb
pastanaga i xampinyons
Pa¹ i fruita

1
 **Festiu**

8
Arròs tres delícies
(pastanaga, pèsols, blat de moro)
Lluç arrebossat s/ou^{4,1}
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i fruita

11
Mongetes seques estofades
(ceba, pastanaga, tomàquet)
Llom a la planxa
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

12
Amanida de patates³
(tomàquet, olives, blat de moro)
Daus de pollastre adobat
Enciam ecològic i
blat de moro
Pa¹ i **fruita ecològica**

13
Pasta s/ou a la napolitana
Lluç al forn amb all i julivert⁴
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

14
Saltat d'arròs amb verduretes
(pastanaga, porro, carbassó)
Gall dindi a la planxa
Enciam ecològic i nap ratllat
Pa¹ i fruita

15
Coliflor amb patata
Hamburguesa de vedella forn¹²
Enciam ecològic i tomàquet
Pa¹ i **fruita ecològica**

18
Crema de verdures
Gall dindi al curry
Patates fregides
Pa¹ i fruita

19
Empedrat de cigrons de ecoartesa
(ceba, pastanaga, tomàquet)
Hamburguesa d'au planxa¹²
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i fruita

20
Wok d'arròs i verdures amb
salsa de soja⁶
(pastanaga, bròquil, porro)
Pollastre a la taronja
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i lacti artesà⁷

21
Crema de carbassó
Fideuà s/ou amb calamar¹⁴
Pa¹ i **fruita ecològica**

22
Bròquil amb patata
Salsixes d'au al forn¹²
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

25
 **Lliure disposició**

26
Pasta s/ou a la carbonara
vegetal amb xampinyons
Gall dindi a la planxa
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i lacti artesà⁷

27
Crema de carbassa
Rigatone de llegum
amb tomàquet
Pa¹ i fruita

28
Amanida de llenties¹
(tomàquet, cogombre, blat de moro, pastanaga)
Pernillets de pollastre forn
Enciam ecològic i
pastanaga
Pa¹ i **fruita ecològica**

29
Arròs amb salsa de tomàquet
Peix fresc s/mercat⁴
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i Postre s/ou s/fruits secs

Tots els àpats són cuinats amb **oli d'oliva**; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic.

Dos cops a la setmana es serveix **pa integral**.

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

Aquest mes les fruites que es serviran de postres seran: **poma, pera, taronja, plàtan canari, kiwi, maduixes**

El lacti serà iogurt artesà del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de Catalunya
Al·lèrgens : **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 GLOSÇA
-  9 API
-  10 MOSTASSA
-  11 SÈSAM
-  12 SULFITES
-  13 TRAMUSSOS
-  14 MOL·LUSC



PRODUCTES DE PROXIMITAT
PRODUCTES DE TEMPORADA
PEIX FRESC SEGONS MERCAT



Escola El Montcau



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

MAIG 2026

MENÚ NO FRUITS SECS

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
4 Crema de llegums Amanida de pasta ^{1,3} (tomàquet, blat de moro, olives) Pa ¹ i fruita ecològica	5 Mongeta tendra i patata Pollastre a la llimona Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita	6 Llenties ecoartesa amb verdures ¹ (tomàquet, pebrot, pastanaga) Trita de patates ³ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	7 Crema de verdures Estofat de gall dindi amb pastanaga i xampinyons Pa ¹ i fruita	1 Festiu
11 Mongetes seques estofades (ceba, pastanaga, tomàquet) Nuggets vegetals ^{3,7,1} Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	12 Amanida de patates ³ (tomàquet, olives, blat de moro) Daus de pollastre adobat Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita ecològica	13 Espaguetis a la napolitana ^{1,3} Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i lacti artesà ⁷	14 Saltat d'arròs amb verduretes (pastanaga, porro, carbassó) Trita de tonyina ^{3,4} Enciam ecològic i nap ratllat Pa ¹ i fruita	8 Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro) Lluç arrebossat ^{4,1,3} Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita
18 Crema de verdures Gall dindi al curry Patates fregides Pa ¹ i fruita	19 Empedrat de cigrons de ecoartesa (ceba, pastanaga, tomàquet) Hamburguesa de cuscús i verdures ^{1,3} Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita	20 Wok d'arròs i verdures amb soja ⁶ (pastanaga, bròquil, porro) Pollastre a la taronja Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i lacti artesà ⁷	21 Crema de carbassó Fideuà amb calamars ^{1,3,14} Pa ¹ i fruita ecològica	15 Coliflor amb patata Hamburguesa de vedella forn ¹² Enciam ecològic i tomàquet Pa ¹ i fruita ecològica
25 Lliure disposició	26 Espaguetis a la carbonara vegetal amb xampinyons ^{1,3} Gall dindi a la planxa Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i lacti artesà ⁷	27 Crema de carbassa Rigatone de llegum amb tomàquet Pa ¹ i fruita	28 Amanida de lentilles ¹ (tomàquet, cogombre, blat de moro, pastanaga) Pernillets de pollastre forn Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita ecològica	22 Bròquil amb patata Salsitxes d'au al forn ¹² Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita
				29 Arròs amb salsa de tomàquet Peix fresc s/mercat ⁴ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i postre s/fruits secs

Tots els àpats són cuinats amb **oli d'oliva**; pels fregits s'utilitza oli de gira-sol alt oleic.

Dos cops a la setmana es serveix **pa integral**.

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

Aquest mes les fruites que es serviran de postres seran: **poma, pera, taronja, plàtan canari, kiwi, maduixes**

El lacti serà iogurt artesà del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de Catalunya
Al·lèrgens: **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 BOSC
- 9 API
- 10 MOSTASSA
- 11 SÈSAM
- 12 SULFITS
- 13 TRAMUSSOS
- 14 MOL·LUSC



PRODUCTES DE PROXIMITAT
PRODUCTES DE TEMPORADA
PEIX FRESC SEGONS MERCAT



Escola El Montcau



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

MAIG 2026

MENÚ NO PORC

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
---------	---------	----------	--------	-----------

4
Crema de llegums
Amanida de pasta^{1,3}
(tomàquet, blat de moro, olives)
Pa¹ i **fruita ecològica**

5
Mongeta tendra i patata
Pollastre a la llimona
Enciam ecològic i tomàquet
Pa¹ i fruita

6
Llenties ecoartesa amb
verdures¹
(tomàquet, pebrot, pastanaga)
Trita de patates³
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

7
Crema de verdures
Estofat de gall dindi amb
pastanaga i xampinyons
Pa¹ i fruita

1
 **Festiu**

8
Arròs tres delícies
(pastanaga, pèsols, blat de moro)
Lluç arrebossat^{4,1,3}
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i fruita

11
Mongetes seques estofades
(ceba, pastanaga, tomàquet)
Nuggets vegetals^{3,7,1}
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

12
Amanida de patates³
(tomàquet, olives, blat de moro)
Daus de pollastre adobat
Enciam ecològic i
blat de moro
Pa¹ i **fruita ecològica**

13
Espaguetis a la napolitana^{1,3}
Lluç al forn amb all i julivert⁴
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

14
Saltat d'arròs amb verduretes
(pastanaga, porro, carbassó)
Trita de tonyina^{3,4}
Enciam ecològic i nap ratllat
Pa¹ i fruita

15
Coliflor amb patata
Hamburguesa de vedella forn¹²
Enciam ecològic i tomàquet
Pa¹ i **fruita ecològica**

18
Crema de verdures
Gall dindi al curry
Patates fregides
Pa¹ i fruita

19
Empedrat de cigrons de ecoartesa
(ceba, pastanaga, tomàquet)
Hamburguesa de cuscús i
verdures^{1,3}
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i fruita

20
Wok d'arròs i verdures amb
soja⁶
(pastanaga, bròquil, porro)
Pollastre a la taronja
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i lacti artesà⁷

21
Crema de carbassó
Fideuà amb calamar^{1,3,14}
Pa¹ i **fruita ecològica**

22
Bròquil amb patata
Salsitxes d'au al forn¹²
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

25
 **Lliure disposició**

26
Espaguetis a la carbonara
vegetal amb xampinyons^{1,3}
Croquetes d'au^{1,7,3}
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i lacti artesà⁷

27
Crema de carbassa
Rigatone de llegum
amb tomàquet
Pa¹ i fruita

28
Amanida de lentilles¹
(tomàquet, cogombre, blat de moro, pastanaga)
Pernillets de pollastre forn
Enciam ecològic i
pastanaga
Pa¹ i **fruita ecològica**

29
Arròs amb salsa de tomàquet
Peix fresc s/mercat⁴
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i Pastís d'aniversari

Tots els àpats són
cuinats amb **oli
d'oliva**; pels fregits
s'utilitza oli
de gira-sol alt
oleic.

Dos cops a la
setmana
es serveix
pa integral.

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

Aquest mes les fruites que es
serviran de postres seran:
**poma, pera, taronja, plàtan
canari, kiwi, maduixes**

El lacti serà
iogurt artesà
del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de Catalunya

Al·lèrgens : **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
ELOSÇA
-  9 API
-  10 MOSTASSA
-  11 SÈSAM
-  12 SULFITES
-  13 TRAMUSSOS
-  14 MOL·LUSC



 **PRODUCTES DE PROXIMITAT**
 **PRODUCTES DE TEMPORADA**
 **PEIX FRESC SEGONS MERCAT**



MAIG 2026



Escola El Montcau

SUGGERIMENTS DE SOPARS



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

dilluns dimarts dimecres dijous divendres

				1 Festiu
4 Patates guisades amb bacallà Pa i fruita	5 Brou d'au amb pasta integral Truita de patates Pa i fruita	6 Crema de pastanaga Xai a la planxa Pa i fruita	7 Verdura al vapor Hamburguesa de llegum casolana Pa i fruita	8 Hummus amb bastonets de pastanaga Verdures saltades Pa i fruita
11 Sopa meravella Sípia a la planxa amb patata caliu Pa i fruita	12 Crema de verdures Llonça de porc amb samfaina Pa i fruita	13 Espinacs saltades amb panses i pinyons Conill guisat Pa i fruita	14 Verdura amb patata Sonsos arrebossats Pa i fruita	15 Crema de pèsols Crepes casola de pernil dolç i formatge Pa i fruita
18 Saltat de quinoa amb verdures i xampinyons Pa i fruita	19 Tempura de verdures Calamarcets a la planxa Pa i fruita	20 Sopa de fideuets Truita al gust Pa i fruita	21 Verdura i patata Lluç a la planxa Pa i fruita	22 Crema de verdures Pizza cassolana al gust Pa i fruita
25 Lliure disposició	26 Verdura i patata Peix al forn Pa i fruita	27 Amanida de tomàquet amb formatge fresc Tofu arrebossat Pa i fruita	28 Crema de carbassó Orada al forn Pa i fruita	29 Brou d'au amb pasta integral Ous farcits Pa i fruita

Es recomana cuinar amb **olis saludables**

Es recomana menjar **pa integral**

Sempre beure **aigua** acompanyant els sopars

Limitar els aliments processats i optar per opcions **naturals i casolanes**

Aquest mes les fruites de temporada són: **poma, pera, pruna, préssec, nectarina, síndria, meló**

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de Catalunya
Al·lèrgens: **Reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies

- 1 GLUTEN
- 2 CRUSTACIS
- 3 OUS
- 4 PEIX
- 5 CAGAUETS
- 6 SOJA
- 7 LLET
- 8 FRUITS DE GLOSÇA
- 9 API
- 10 MOSTASSA
- 11 SÈSAM
- 12 SULFITS
- 13 TRAMUSSOS
- 14 MOL·LUSC



- PRODUCTES DE PROXIMITAT
- PRODUCTES DE TEMPORADA
- PEIX FRESC SEGONS MERCAT
- PROTEÏNA VEGETAL