



JUNY 2026

Escola El Montcau

MENÚ BASAL



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1 Pasta amb salsa de tomàquet ^{1,3} Croquetes de falafel ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	2 Arròs tres delícies (pastanaga,pèsols,blat de moro) Mandonguilles de vedella a la jardineria ¹² (tomàquet,ceba,xampinyons) Pa ¹ i fruita	3 Crema de verdures Trita de patates ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i lacteria artesana ⁷	4 Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Pollastre al forn amb herbes provençals Enciam ecològic i raves Pa ¹ i fruita	5 Mongeta tendra i patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita
8 Llenties amb verdures ¹ (pastanaga,ceba,carbassó) Daus de pollastre adobat Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	9 Crema de pastanaga Pasta amb bolonyesa de soja texturitzada ⁶ Pa ¹ i fruita ecològica	10 Ensalada russa ³ Hamburguesa de vedella a la planxa ¹² Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i lacteria artesana ⁷	11 Arròs amb salsa tomàquet Bacallà al forn amb oli de pebre vermell ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	12 Bledes amb patata Gall dindi a la jardineria (pèsols,m.tendra,pastanaga) Pa ¹ i fruita ecològica
15 Empedrat de llegums (pastanaga,olives,blat de moro) Pollastre al forn Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita ecològica	16 Mongeta tendra amb patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	17 Amanida d'arròs (tomàquet,olives,blat de moro) Gall dindi al curry Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	18 Amanida variada (enciam,tomàquet, olives,pebrot vermell) Fideuà amb calamars ^{1,3,14} Pa ¹ i fruita ecològica	19 Macarrons amb salsa de tomàquet ^{1,3} Croquetes de pollastre ^{1,3,7,6,9,10} Patates xips Pa ¹ i gelat
22	23	24 	25	26
29	30			

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, síndria, meló, plàtan canari, albercoc.**

El lacteria 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 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



JUNY 2026

Escola El Montcau

MENÚ NO OU NO FRUITS SECS



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1 Pasta s/ou amb salsa de tomàquet ¹ Croquetes de falafel ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	2 Arròs tres delícies (pastanaga,pèsols,blat de moro) Mandonguilles de vedella a la jardineria ¹² (tomàquet,ceba,xampinyons) Pa ¹ i fruita	3 Crema de verdures Gall dindi a la planxa Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i lacteria artesana ⁷	4 Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Pollastre al forn amb herbes provençals Enciam ecològic i raves Pa ¹ i fruita	5 Mongeta tendra i patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita
8 Llenties amb verdures ¹ (pastanaga,ceba,carbassó) Daus de pollastre adobat Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	9 Crema de pastanaga Pasta s/ou amb bolonyesa de soja texturitzada ⁶ Pa ¹ i fruita ecològica	10 Ensalada russa s/ou Hamburguesa de vedella a la planxa ¹² Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i lacteria artesana ⁷	11 Arròs amb salsa tomàquet Bacallà al forn amb oli de pebre vermell ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	12 Bledes amb patata Gall dindi a la jardineria (pèsols,m.tendra,pastanaga) Pa ¹ i fruita ecològica
15 Empedrat de llegums (pastanaga,olives,blat de moro) Pollastre al forn Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita ecològica	16 Mongeta tendra amb patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	17 Amanida d'arròs (tomàquet,olives,blat de moro) Gall dindi al curry Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	18 Amanida variada (enciam,tomàquet, olives,pebrot vermell) Fideuà s/ou amb calamars ^{1,14} Pa ¹ i fruita ecològica	19 Pasta s/ou amb salsa de tomàquet ¹ Pollastre arrebossat s/ou ¹ Patates xips Pa ¹ i gelat
22	23	24 	25	26
29	30			

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, síndria, meló, plàtan canari, albercoc.**

El lacteria 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 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



JUNY 2026

Escola El Montcau

MENÚ NO FRUITS SECS



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1 Pasta amb salsa de tomàquet ^{1,3} Croquetes de falafel ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	2 Arròs tres delícies (pastanaga,pèsols,blat de moro) Mandonguilles de vedella a la jardineria ¹² (tomàquet,ceba,xampinyons) Pa ¹ i fruita	3 Crema de verdures Trita de patates ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i lacteria artesana ⁷	4 Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Pollastre al forn amb herbes provençals Enciam ecològic i raves Pa ¹ i fruita	5 Mongeta tendra i patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita
8 Llenties amb verdures ¹ (pastanaga,ceba,carbassó) Daus de pollastre adobat Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	9 Crema de pastanaga Pasta amb bolonyesa de soja texturitzada ⁶ Pa ¹ i fruita ecològica	10 Ensalada russa ³ Hamburguesa de vedella a la planxa ¹² Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i lacteria artesana ⁷	11 Arròs amb salsa tomàquet Bacallà al forn amb oli de pebre vermell ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	12 Bledes amb patata Gall dindi a la jardineria (pèsols,m.tendra,pastanaga) Pa ¹ i fruita ecològica
15 Empedrat de llegums (pastanaga,olives,blat de moro) Pollastre al forn Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita ecològica	16 Mongeta tendra amb patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	17 Amanida d'arròs (tomàquet,olives,blat de moro) Gall dindi al curry Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	18 Amanida variada (enciam,tomàquet, olives,pebrot vermell) Fideuà amb calamars ^{1,3,14} Pa ¹ i fruita ecològica	19 Macarrons amb salsa de tomàquet ^{1,3} Pollastre arrebossat ^{1,3} Patates xips Pa ¹ i gelat
22	23	24 	25	26
29	30			

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, síndria, meló, plàtan canari, albercoc.**

El lacteria 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 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



JUNY 2026

Escola El Montcau

MENÚ NO PORC



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1 Pasta amb salsa de tomàquet ^{1,3} Croquetes de falafel ¹ Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	2 Arròs tres delícies (pastanaga,pèsols,blat de moro) Mandonguilles de vedella a la jardineria ¹² (tomàquet,ceba,xampinyons) Pa ¹ i fruita	3 Crema de verdures Trita de patates ³ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i lacteria artesana ⁷	4 Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga Pollastre al forn amb herbes provençals Enciam ecològic i raves Pa ¹ i fruita	5 Mongeta tendra i patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita
8 Llenties amb verdures ¹ (pastanaga,ceba,carbassó) Daus de pollastre adobat Enciam ecològic i blat de moro Pa ¹ i fruita	9 Crema de pastanaga Pasta amb bolonyesa de soja texturitzada ⁶ Pa ¹ i fruita ecològica	10 Ensalada russa ³ Hamburguesa de vedella a la planxa ¹² Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i lacteria artesana ⁷	11 Arròs amb salsa tomàquet Bacallà al forn amb oli de pebre vermell ⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa ¹ i fruita	12 Bledes amb patata Gall dindi a la jardineria (pèsols,m.tendra,pastanaga) Pa ¹ i fruita ecològica
15 Empedrat de llegums (pastanaga,olives,blat de moro) Pollastre al forn Enciam ecològic i espàrrecs Pa ¹ i fruita ecològica	16 Mongeta tendra amb patata Lluç al forn amb all i julivert ⁴ Enciam ecològic i cogombre Pa ¹ i fruita	17 Amanida d'arròs (tomàquet,olives,blat de moro) Gall dindi al curry Enciam ecològic i olives Pa ¹ i fruita ecològica	18 Amanida variada (enciam,tomàquet, olives,pebrot vermell) Fideuà amb calamars ^{1,3,14} Pa ¹ i fruita ecològica	19 Macarrons amb salsa de tomàquet ^{1,3} Croquetes de pollastre ^{1,3,7,6,9,10} Patates xips Pa ¹ i gelat
22	23	24 	25	26
29	30			

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, síndria, meló, plàtan canari, albercoc.**

El lacteria 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 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



JUNY 2026



Escola El Montcau

SUGGERIMENTS DE SOPARS



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1 Amanida de tomàquet amb formatge fresc Gall dindi a la planxa Pa i fruita	2 Menestra de verdures Orada al forn amb patat i ceba Pa i fruita	3 Arròs integral amb bolets Hamburguesa de conill Pa i fruita	4 Sopa de quinoa amb verdures Seitons al forn amb all i julivert Pa i fruita	5 Puré de patates Trita de carbassó Pa i fruita
8 Verdures i patata Bunyols de bacallà casolans Pa i fruita	9 Gaspatxo Salmó al forn amb patates forn Pa i fruita	10 Amanida de pasta integral Trita al gust Pa i fruita	11 Crema de verdures Hamburguesa de llegum casolana Pa i fruita	12 Amanida variada amb poma i fruits secs Pa amb tomàquet i pernil Fruita
15 Crema de verdures Peix arrebossat Pa i fruita	16 Pasta integral amb verdures ou dur i tonyina Pa i fruita	17 Verdura i patata Peix al forn Pa i fruita	18 Sopa de peix Xai a la planxa Pa i fruita	19 Vichissoyse Trita al gust Pa i fruita
22	23	24	25	26
29	30			

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**