



NOVEMBRE 2024

# Institut Montserrat Roig

## MENÚ BASAL



corerestauracio.com  
@corerestauracio  
@CORErestauracio

### dilluns      dimarts      dimecres      dijous      divendres

**4** Arròs amb verdures caldós (carbassó, porro, pastanaga)  
Trita a la francesa<sup>3</sup>  
Enciam i espàrrecs  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**5** Macarrons amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup>  
Bacallà amb oli de pebre vermell<sup>4</sup>  
Enciam ecològic i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica

**6** Crema de carbassó ecològic  
Pollastre arrebossat<sup>1,3,7</sup>  
Enciam ecològic i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**7** Mongeta verda i patata  
Fricandó de vedella amb pastanaga, xampinyons i ceba  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**8** Bullit de cigrons amb verdures (ceba, pastanaga, carbassó)  
Botifarra d'au al forn<sup>12</sup>  
Enciam ecològic i blat moro  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**11** Arròs amb saltat amb xampinyons  
Lluç al forn amb all i julivert<sup>4</sup>  
Enciam ecològic i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**12** Mongeta seca estofada amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Trita de patates<sup>3</sup>  
Enciam ecològic i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**13** Llacets amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup>  
Hamburguesa de vedella a la planxa<sup>12</sup>  
Enciam ecològic i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**14** Crema de carbassa ecològica  
Pernillets de pollastre a l'ast  
Enciam ecològic i tomàquet  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**15** Brou d'au amb pasta<sup>1,3,9</sup>  
Daus de gall dindi jardinera (pastanaga, patata, pèsols, mongeta tendra)  
Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica

**18** Llenties ecològiques amb verdures  
Trita de patates<sup>3</sup>  
Enciam ecològic i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**19** Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols)  
Lluç arrebossat<sup>4,1,7</sup>  
Enciam ecològic i cogombre  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**20** Verdura tricolor (m. tendra, pastanaga i patata)  
Pollastre amb allada  
Enciam ecològic i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**21** Espirals a la carbonara<sup>1,3,7</sup>  
Llom al forn amb all i julivert  
Enciam ecològic i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica

**22** JORNADA GASTRONÒMICA MARRIQUINA  
Cuscús amb verdures<sup>1,3</sup>  
Tajín de pollastre  
Taronja amb canya

**25** Coliflor ecològica amb patates  
Escalopa d'au cordon bleu<sup>1,3,7,6,9,10</sup>  
Enciam ecològic i olives  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**26** *Celebrem els aniversaris del mes!!*  
Arròs amb salsa de tomàquet  
Trita de carbassó<sup>3</sup>  
Enciam ecològic i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i pastís

**27** Patates estofades (pastanaga, m. tendra, ceba, tomàquet)  
Pollastre al forn amb herbes provençals  
Enciam ecològic i cogombre  
Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica

**28** Brou d'au amb amb pasta<sup>1,3,9</sup>  
Mandonguilles de vedella<sup>12</sup>  
jardinera (pèsols, pastanaga, tomàquet)  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**29** Espaguetis amb salsa de formatge<sup>1,3,7</sup>  
Peix fresc de llotja<sup>4</sup>  
Patata i ceba panadera  
Pa<sup>1</sup> i fruita

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, mandarina, taronja, plàtan canari

El lacti serà iogurt artesà del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya  
Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



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



NOVEMBRE 2024

# Institut Montserrat Roig

## MENÚ DIABÈTIC



corerestauracio.com  
@corerestauracio  
@CORErestauracio

### dilluns      dimarts      dimecres      dijous      divendres

<p>4 <b>180 gr</b> Arròs amb verdures caldós (carbassó, porro, pastanaga) Trita a la francesa<sup>3</sup> Enciam i espàrrecs Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>	<p>5 <b>180 gr</b> Macarrons amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup> Bacallà amb oli de pebre vermell<sup>4</sup> Enciam ecològic i olives Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p>	<p>6 <b>Crema de carbassó ecològic</b> Pollastre arrebossat<sup>1,3,7</sup> <b>180 gr</b> Arròs blanc Enciam ecològic i pastanaga Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p>7 Mongeta verda i <b>200 gr</b> patata Fricandó de vedella amb pastanaga, xampinyons i ceba Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p>1 <b>Festiu</b></p>
<p>11 <b>180 gr</b> Arròs amb saltat amb xampinyons Lluç al forn amb all i julivert<sup>4</sup> Enciam ecològic i pastanaga Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>	<p>12 <b>200 gr</b> Mongeta seca estofada amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) Trita de patates<sup>3</sup> Enciam ecològic i blat de moro Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p>13 <b>180 gr</b> Llacets amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup> Hamburguesa de vedella a la planxa<sup>12</sup> Enciam ecològic i olives Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p>14 <b>Crema de carbassa ecològica</b> Pernillets de pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet <b>180 gr</b> Arròs blanc Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p>8 <b>200 gr</b> Bullit de cigrons amb verdures (ceba, pastanaga, carbassó) Botifarra d'au al forn<sup>12</sup> Enciam ecològic i blat moro Pa<sup>1</sup> i fruita</p>
<p>18 <b>200 gr</b> Llentilles ecològiques amb verdures Trita de patates<sup>3</sup> Enciam ecològic i blat de moro Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>	<p>19 <b>180 gr</b> Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Lluç arrebossat<sup>4,1,7</sup> Enciam ecològic i cogombre Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p>20 Verdura tricolor (m.tendra, pastanaga) <b>200 gr</b> patata Pollastre amb allada Enciam ecològic i olives Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p>21 <b>180 gr</b> Espirals a la carbonara<sup>1,3,7</sup> Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i pastanaga Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p>	<p>15 <b>180 gr</b> Brou d'au amb pasta<sup>1,3,9</sup> Daus de gall dindi jardineria (pastanaga, patata, pèsols, mongeta tendra) Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p>
<p>25 <b>Coliflor ecològica</b> amb <b>200 gr</b> patates Escalopa d'au cordon bleu<sup>1,3,7,6,9,10</sup> Enciam ecològic i olives Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>	<p>26 <b>Celebrem els aniversaris del mes!!</b> <b>180 gr</b> Arròs amb salsa de tomàquet Trita de carbassó<sup>3</sup> Enciam ecològic i blat de moro Pa<sup>1</sup> i pastís</p>	<p>27 <b>200 gr</b> Patates estofades (pastanaga, m.tendra, ceba, tomàquet) Pollastre al forn amb herbes provençals Enciam ecològic i cogombre Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p>	<p>28 <b>180 gr</b> Brou d'au amb amb pasta<sup>1,3,9</sup> Mandonguilles de vedella<sup>12</sup> jardineria (pèsols, pastanaga, tomàquet) Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p>22 <b>JORNADA GASTRONOMICA MARROQUINA</b> <b>180 gr</b> Cuscús amb verdures<sup>1,2,3</sup> Tajín de pollastre Taronja amb caneya</p>
				<p>29 <b>180 gr</b> Espaguetis amb salsa de formatge<sup>1,3,7</sup> Peix fresc de llotja<sup>4</sup> Patata i ceba panadera Pa<sup>1</sup> i fruita</p>

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, mandarina, taronja, plàtan canari**

El lacti serà iogurt artesà del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de la **Agència de Salut Pública de Catalunya**  
Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el **reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies



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





NOVEMBRE 2024

# Institut Montserrat Roig

## MENÚ NO CARN



corerestauracio.com  
@corerestauracio  
@CORErestauracio

### dilluns      dimarts      dimecres      dijous      divendres

**4** Arròs amb verdures caldós (carbassó, porro, pastanaga)  
Truita a la francesa<sup>3</sup>  
Enciam i espàrrecs  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**5** Macarrons amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup>  
Bacallà amb oli de pebre vermell<sup>4</sup>  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa<sup>1</sup> i **fruita ecològica**

**6** **Crema de carbassó ecològic**  
Truita de patates<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**7** Mongeta verda i patata  
Tofu amb pastanaga, xampinyons i ceba<sup>6</sup>  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**1** **Festiu**

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**.

**11** Arròs amb saltat amb xampinyons  
Lluç al forn amb all i julivert<sup>4</sup>  
**Enciam ecològic** i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**12** Mongeta seca estofada amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Truita de patates<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**13** Llacets amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup>  
Tofu saltat amb verdures<sup>6</sup>  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**14** **Crema de carbassa ecològica**  
Truita francesa<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i tomàquet  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**15** Brou vegetal amb pasta<sup>1,3,9</sup>  
Daus de seità jardineria (pastanaga, patata, pèsols, mongeta tendra)  
Pa<sup>1</sup> i **fruita ecològica**

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

**18** **Lenties ecològiques** amb verdures  
Truita de patates<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**19** Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols)  
Lluç arrebossat<sup>4,1,7</sup>  
**Enciam ecològic** i cogombre  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**20** Verdura tricolor (m. tendra, pastanaga i patata)  
Truita francesa<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**21** Espirals a la carbonara<sup>1,3,7</sup>  
Tofu saltat amb verdures<sup>6</sup>  
**Enciam ecològic** i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i **fruita ecològica**

**22** **JORNADA GASTRONÒMICA MARRIQUINA**  
Cuscús amb verdures<sup>1,3</sup>  
Seità amb verdures  
Taronja amb caneya

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

**25** **Coliflor ecològica** amb patates  
Pèsols saltats  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**26** **Celebrem els aniversaris del mes!!**  
Arròs amb salsa de tomàquet  
Truita de carbassó<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i pastís

**27** Patates estofades (pastanaga, m. tendra, ceba, tomàquet)  
Hamburguesa falafel<sup>1</sup>  
**Enciam ecològic** i cogombre  
Pa<sup>1</sup> i **fruita ecològica**

**28** Brou d'au amb pasta<sup>1,3,9</sup>  
Tofu a la jardineria<sup>6</sup> (pèsols, pastanaga, tomàquet)  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**29** Espaguetis amb salsa de formatge<sup>1,3,7</sup>  
Truita francesa<sup>3</sup>  
Patata i ceba panadera  
Pa<sup>1</sup> i fruita

El lacti serà iogurt artesà del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de la **Agència de Salut Pública de Catalunya**  
Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el **reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies



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





NOVEMBRE 2024

# Institut Montserrat Roig

## MENÚ NO GLUTEN



corerestauracio.com  
@corerestauracio  
@CORErestauracio

### dilluns      dimarts      dimecres      dijous      divendres

**4** Arròs amb verdures caldós (carbassó, porro, pastanaga)  
Truita a la francesa<sup>3</sup>  
Enciam i espàrrecs  
Pa s/gluten i lacti artesà<sup>7</sup>

**5** Pasta s/gluten amb salsa tomàquet  
Bacallà amb oli de pebre vermell<sup>4</sup>  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa s/gluten i **fruita ecològica**

**6** **Crema de carbassó ecològic**  
Pollastre al forn  
**Enciam ecològic** i pastanaga  
Pa s/gluten i fruita

**7** Mongeta verda i patata  
Fricandó de vedella amb pastanaga, xampinyons i ceba  
Pa s/gluten i fruita

**1** **Festiu**  
**8** Bullit de cigrons amb verdures (ceba, pastanaga, carbassó)  
Botifarra d'au al forn<sup>12</sup>  
**Enciam ecològic** i blat moro  
Pa s/gluten i fruita

**11** Arròs amb saltat amb xampinyons  
Lluç al forn amb all i julivert<sup>4</sup>  
**Enciam ecològic** i pastanaga  
Pa s/gluten i lacti artesà<sup>7</sup>

**12** Mongeta seca estofada amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Truita de patates<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i blat de moro  
Pa s/gluten i fruita

**13** Pasta s/gluten amb salsa tomàquet  
Hamburguesa de vedella a la planxa<sup>12</sup>  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa s/gluten i fruita

**14** **Crema de carbassa ecològica**  
Pernillets de pollastre a l'ast  
**Enciam ecològic** i tomàquet  
Pa s/gluten i fruita

**15** Brou d'au amb pasta s/gluten<sup>9</sup>  
Daus de gall dindi jardineria (pastanaga, patata, pèsols, mongeta tendra)  
Pa s/gluten i **fruita ecològica**

**18** Pèsols estofats amb verdures  
Truita de patates<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i blat de moro  
Pa s/gluten i lacti artesà<sup>7</sup>

**19** Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols)  
Lluç a la planxa<sup>4</sup>  
**Enciam ecològic** i cogombre  
Pa s/gluten i fruita

**20** Verdura tricolor (m. tendra, pastanaga i patata)  
Pollastre amb allada  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa s/gluten i fruita

**21** Pasta s/gluten a la carbonara  
Llom al forn amb all i julivert  
**Enciam ecològic** i pastanaga  
Pa s/gluten i **fruita ecològica**

**22** **макрофилна**  
**Cuscús s/gluten amb verdures**  
Tajín de pollastre  
Taronja amb caneya

**25** **Coliflor ecològica** amb patates  
Gall dindi a la planxa  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa s/gluten i lacti artesà<sup>7</sup>

**26** **Celebrem els aniversaris del mes!!**  
Arròs amb salsa de tomàquet  
Truita de carbassó<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i blat de moro  
Pa s/gluten i postre s/al·lèrgens

**27** Patates estofades (pastanaga, m. tendra, ceba, tomàquet)  
Pollastre al forn amb herbes provençals  
**Enciam ecològic** i cogombre  
Pa s/gluten i **fruita ecològica**

**28** Brou d'au amb amb pasta s/gluten<sup>9</sup>  
Mandonguilles de vedella<sup>12</sup>  
jardineria (pèsols, pastanaga, tomàquet)  
Pa s/gluten i fruita

**29** Espaguetis s/gluten amb salsa de formatge  
**Peix fresc de llotja**<sup>4</sup>  
Patata i ceba panadera  
Pa s/gluten i fruita

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, mandarina, taronja, plàtan canari**

El lacti serà iogurt artesà del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomenacions de la **Agència de Salut Pública de Catalunya**  
Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el **reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies



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





NOVEMBRE 2024




# Institut Montserrat Roig

## MENÚ HALAL



corerestauracio.com  
@corerestauracio  
@CORErestauracio

### dilluns      dimarts      dimecres      dijous      divendres

<p><b>4</b> Arròs amb verdures caldós (carbassó, porro, pastanaga) Truita a la francesa<sup>3</sup> Enciam i espàrrecs Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>	<p><b>5</b> Macarrons amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup> Bacallà amb oli de pebre vermell<sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa<sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b></p>	<p><b>6</b> <b>Crema de carbassó ecològic</b> Pollastre halal arrebossat<sup>1,3,7</sup> <b>Enciam ecològic</b> i pastanaga Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>7</b> Mongeta verda i patata Fricandó vedella halal amb pastanaga, xampinyons i ceba Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>1</b>  <b>Festiu</b></p>
<p><b>11</b> Arròs amb saltat amb xampinyons Lluç al forn amb all i julivert<sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i pastanaga Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>	<p><b>12</b> Mongeta seca estofada amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) Truita de patates<sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>13</b> Llacets amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup> Hamburguesa de vedella halal a la planxa<sup>12</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>14</b> <b>Crema de carbassa ecològica</b> Pernilet pollastre halal a l'ast <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>8</b> Bullit de cigrons amb verdures (ceba, pastanaga, carbassó) Botifarra d'au halal al forn<sup>12</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa<sup>1</sup> i fruita</p>
<p><b>18</b> <b>Lenties ecològiques</b> amb verdures Truita de patates<sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>	<p><b>19</b> Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Lluç arrebossat<sup>4,1,7</sup> <b>Enciam ecològic</b> i cogombre Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>20</b> Verdura tricolor (m. tendra, pastanaga i patata) Pollastre halal amb allada <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>21</b> Espirals amb tomàquet<sup>1,3</sup> Gall dindi halal al forn amb all i julivert <b>Enciam ecològic</b> i pastanaga Pa<sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b></p>	<p><b>15</b> Brou d'au halal amb pasta<sup>1,3,9</sup> Daus gall dindi halal jardinera (pastanaga, patata, pèsols, mongeta tendra) Pa<sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b></p>
<p><b>25</b> <b>Coliflor ecològica</b> amb patates Pollastre halal arrebossat<sup>1,3,7</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>	<p><b>26</b>  <b>Celebrem els aniversaris del mes!!</b> Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó<sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa<sup>1</sup> i pastís</p>	<p><b>27</b> Patates estofades (pastanaga, m. tendra, ceba, tomàquet) Pollastre halal forn amb herbes provençals <b>Enciam ecològic</b> i cogombre Pa<sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b></p>	<p><b>28</b> Brou d'au halal amb pasta<sup>1,3,9</sup> Mandonguilles de vedella halal<sup>12</sup> jardinera (pèsols, pastanaga, tomàquet) Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>22</b>  <b>KORNADA CASTROMONICA MAKKOQUINA</b> Cuscús amb verdures<sup>1,3</sup> Tajín de pollastre halal Taronja amb caneya</p>

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, mandarina, taronja, plàtan canari**

El lacti serà iogurt artesà del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de la **Agència de Salut Pública de Catalunya**  
Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el **reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies



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



NOVEMBRE 2024

# Institut Montserrat Roig

## MENÚ NO MARISC



corerestauracio.com  
@corerestauracio  
@CORErestauracio

### dilluns      dimarts      dimecres      dijous      divendres

<p><b>4</b> Arròs amb verdures caldós (carbassó, porro, pastanaga) Truita a la francesa<sup>3</sup> Enciam i espàrrecs Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>	<p><b>5</b> Macarrons amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup> Gall dindi a la planxa Enciam ecològic i olives Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p>	<p><b>6</b> Crema de carbassó ecològic Pollastre arrebossat<sup>1,3,7</sup> Enciam ecològic i pastanaga Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>7</b> Mongeta verda i patata Fricandó de vedella amb pastanaga, xampinyons i ceba Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>1</b>  <b>Festiu</b></p>
<p><b>11</b> Arròs amb saltat amb xampinyons Contracuixa pollastre al forn Enciam ecològic i pastanaga Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>	<p><b>12</b> Mongeta seca estofada amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) Truita de patates<sup>3</sup> Enciam ecològic i blat de moro Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>13</b> Llacets amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup> Hamburguesa de vedella a la planxa<sup>12</sup> Enciam ecològic i olives Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>14</b> Crema de carbassa ecològica Pernillets de pollastre a l'ast Enciam ecològic i tomàquet Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>8</b> Bullit de cigrons amb verdures (ceba, pastanaga, carbassó) Botifarra d'au al forn<sup>12</sup> Enciam ecològic i blat moro Pa<sup>1</sup> i fruita</p>
<p><b>18</b> Llenties ecològiques amb verdures Truita de patates<sup>3</sup> Enciam ecològic i blat de moro Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>	<p><b>19</b> Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Hamburguesa vedella planxa Enciam ecològic i cogombre Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>20</b> Verdura tricolor (m. tendra, pastanaga i patata) Pollastre amb allada Enciam ecològic i olives Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>21</b> Espirals a la carbonara<sup>1,3,7</sup> Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i pastanaga Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p>	<p><b>22</b>  Cuscús amb verdures<sup>1,3</sup> Tajín de pollastre Taronja amb canya</p>
<p><b>25</b> Coliflor ecològica amb patates Escalopa d'au cordon bleu<sup>1,3,7,6,9,10</sup> Enciam ecològic i olives Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup></p>	<p><b>26</b>  <b>Celebrem els aniversaris del mes!!</b> Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó<sup>3</sup> Enciam ecològic i blat de moro Pa<sup>1</sup> i pastís</p>	<p><b>27</b> Patates estofades (pastanaga, m. tendra, ceba, tomàquet) Pollastre al forn amb herbes provençals Enciam ecològic i cogombre Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica</p>	<p><b>28</b> Brou d'au amb amb pasta<sup>1,3,9</sup> Mandonguilles de vedella<sup>12</sup> jardinerà (pèsols, pastanaga, tomàquet) Pa<sup>1</sup> i fruita</p>	<p><b>29</b> Espaguetis amb salsa de formatge<sup>1,3,7</sup> Gall dindi planxa Patata i ceba panadera Pa<sup>1</sup> i fruita</p>

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, mandarina, taronja, plàtan canari**

El lacti serà iogurt artesà del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de la **Agència de Salut Pública de Catalunya**  
Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el **reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies



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





NOVEMBRE 2024

# Institut Montserrat Roig

## MENÚ NO FRUITS SECS



corerestauracio.com  
@corerestauracio  
@CORErestauracio

### dilluns      dimarts      dimecres      dijous      divendres

**4** Arròs amb verdures caldós (carbassó, porro, pastanaga)  
Truita a la francesa<sup>3</sup>  
Enciam i espàrrecs  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**5** Macarrons amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup>  
Bacallà amb oli de pebre vermell<sup>4</sup>  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa<sup>1</sup> i **fruita ecològica**

**6** **Crema de carbassó ecològic**  
Pollastre arrebossat<sup>1,3,7</sup>  
**Enciam ecològic** i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**7** Mongeta verda i patata  
Fricandó de vedella amb pastanaga, xampinyons i ceba  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**8** Bullit de cigrons amb verdures (ceba, pastanaga, carbassó)  
Botifarra d'au al forn<sup>12</sup>  
**Enciam ecològic** i blat moro  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**11** Arròs amb saltat amb xampinyons  
Lluç al forn amb all i julivert<sup>4</sup>  
**Enciam ecològic** i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**12** Mongeta seca estofada amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Truita de patates<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**13** Llacets amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup>  
Hamburguesa de vedella a la planxa<sup>12</sup>  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**14** **Crema de carbassa ecològica**  
Pernillets de pollastre a l'ast  
**Enciam ecològic** i tomàquet  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**15** Brou d'au amb pasta<sup>1,3,9</sup>  
Daus de gall dindi jardineria (pastanaga, patata, pèsols, mongeta tendra)  
Pa<sup>1</sup> i **fruita ecològica**

**18** **Lenties ecològiques** amb verdures  
Truita de patates<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**19** Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols)  
Lluç arrebossat<sup>4,1,7</sup>  
**Enciam ecològic** i cogombre  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**20** Verdura tricolor (m. tendra, pastanaga i patata)  
Pollastre amb allada  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**21** Espirals a la carbonara<sup>1,3,7</sup>  
Llom al forn amb all i julivert  
**Enciam ecològic** i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i **fruita ecològica**

**22** **JORNADA GASTRONÒMICA MARRIQUINA**  
Cuscús amb verdures<sup>1,3</sup>  
Tajín de pollastre  
Taronja amb caneya

**25** **Coliflor ecològica** amb patates  
Escalopa d'au cordon bleu<sup>1,3,7,6,9,10</sup>  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**26** **Celebrem els aniversaris del mes!!**  
Arròs amb salsa de tomàquet  
Truita de carbassó<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i postre s'al·lèrgens

**27** Patates estofades (pastanaga, m. tendra, ceba, tomàquet)  
Pollastre al forn amb herbes provençals  
**Enciam ecològic** i cogombre  
Pa<sup>1</sup> i **fruita ecològica**

**28** Brou d'au amb pasta<sup>1,3,9</sup>  
Mandonguilles de vedella<sup>12</sup>  
jardineria (pèsols, pastanaga, tomàquet)  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**29** Espaguetis amb salsa de formatge<sup>1,3,7</sup>  
**Peix fresc de llotja**<sup>4</sup>  
Patata i ceba panadera  
Pa<sup>1</sup> i fruita

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, mandarina, taronja, plàtan canari**

El lacti serà iogurt artesà del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de la **Agència de Salut Pública de Catalunya**  
Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el **reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies



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



NOVEMBRE 2024

# Institut Montserrat Roig

## MENÚ VEGETARIÀ



corerestauracio.com  
@corerestauracio  
@CORErestauracio

### dilluns      dimarts      dimecres      dijous      divendres

**4** Arròs amb verdures caldós (carbassó, porro, pastanaga)  
Truita a la francesa<sup>3</sup>  
Enciam i espàrrecs  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**5** Macarrons amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup>  
Pèsols amb patata  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica

**6** Crema de carbassó ecològic  
Truita de patates<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**7** Mongeta verda i patata  
Tofu amb astanaga, xampinyons i ceba<sup>6</sup>  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**1**  **Festiu**

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.** 

**11** Arròs amb saltat amb xampinyons  
Hamburguesa de cuscús<sup>1,3</sup>  
**Enciam ecològic** i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**12** Mongeta seca estofada amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Truita de patates<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**13** Llacets amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup>  
Tofu saltat amb verdures<sup>6</sup>  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**14** Crema de carbassa ecològica  
Truita francesa<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i tomàquet  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**15** Brou vegetal amb pasta<sup>1,3,9</sup>  
Daus de seità jardineria (pastanaga, patata, pèsols, mongeta tendra)<sup>1</sup>  
Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica


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

**18** Llenties ecològiques amb verdures  
Truita de patates<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**19** Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols)  
Hamburguesa de falafel<sup>1</sup>  
**Enciam ecològic** i cogombre  
Pa<sup>1</sup> i fruita


**20** Verdura tricolor (m. tendra, pastanaga i patata)  
Truita francesa<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**21** Espirals amb tomàquet<sup>1,3</sup>  
Tofu saltat amb verdures<sup>6</sup>  
**Enciam ecològic** i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica

**22**   
**KORNADA CSTRONÒMICA MARRIQUINA**  
Cuscús amb verdures<sup>1,3</sup>  
Seità amb verdures<sup>1</sup>  
Taronja amb caneya

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

**25** Coliflor ecològica amb patates  
Pèsols saltats  
**Enciam ecològic** i olives  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

  
**Celebrem els aniversaris del mes!!**  
Arròs amb salsa de tomàquet  
Truita de carbassó<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i postre s/al·lèrgens

**27** Patates estofades (pastanaga, m. tendra, ceba, tomàquet)  
Hamburguesa falafel<sup>1</sup>  
Truita de carbassó<sup>3</sup>  
**Enciam ecològic** i cogombre  
Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica

**28** Brou vegetal amb amb pasta<sup>1,3,9</sup>  
Tofu a la jardineria<sup>6</sup>  
(pèsols, pastanaga, tomàquet)  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**29** Espaguetis amb salsa de formatge<sup>1,3,7</sup>  
Truita francesa<sup>3</sup>  
Patata i ceba panadera  
Pa<sup>1</sup> i fruita

El menú s'ha elaborat seguint les recomendacions de la **Agència de Salut Pública de Catalunya**  
Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el **reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies



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







NOVEMBRE 2024

# Institut Montserrat Roig

## MENÚ VEGÀ



corerestauracio.com  
@corerestauracio  
@CORErestauracio

### dilluns      dimarts      dimecres      dijous      divendres

**4** Arròs amb verdures caldós (carbassó, porro, pastanaga)  
Hamburguesa falafel<sup>1</sup>  
Enciam i espàrrecs  
Pa<sup>1</sup> i postre de soja<sup>6</sup>

**5** Macarrons amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup>  
Pèsols amb patata  
Enciam ecològic i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica

**6** Crema de carbassó ecològic  
Hamburguesa cuscús i verdures  
Enciam ecològic i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**7** Mongeta verda i patata  
Tofu amb astanaga xampinyons i ceba<sup>6</sup>  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**1** Festiu

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.

**11** Arròs amb saltat amb xampinyons  
Hamburguesa de cuscús<sup>1,3</sup>  
Enciam ecològic i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**12** Mongeta seca estofada amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba)  
Bledes amb patata  
Enciam ecològic i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**13** Llacets amb salsa tomàquet<sup>1,3</sup>  
Tofu saltat amb verdures<sup>6</sup>  
Enciam ecològic i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**14** Crema de carbassa ecològica  
Pèsols amb patata  
Enciam ecològic i tomàquet  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**15** Brou vegetal amb pasta<sup>1,3,9</sup>  
Daus de seità jardineria (pastanaga, patata, pèsols, mongeta tendra)<sup>1</sup>  
Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica

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

**18** Lenties ecològiques amb verdures  
Mongeta tendra i patata  
Enciam ecològic i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**19** Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols)  
Hamburguesa de falafel<sup>1</sup>  
Enciam ecològic i cogombre  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**20** Verdura tricolor (m. tendra, pastanaga i patata)  
Hamburguesa de falafel<sup>1</sup>  
Enciam ecològic i olives  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**21** Espirals amb tomàquet<sup>1,3</sup>  
Tofu saltat amb verdures<sup>6</sup>  
Enciam ecològic i pastanaga  
Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica

**22** JORNADA GASTRONÒMICA MARRIQUINA  
Cuscús amb verdures<sup>1,3</sup>  
Seità amb verdures<sup>1</sup>  
Taronja amb caneya

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

**25** Coliflor ecològica amb patates  
Pèsols saltats  
Enciam ecològic i olives  
Pa<sup>1</sup> i lacti artesà<sup>7</sup>

**26** Celebrem els aniversaris del mes!!  
Arròs amb salsa de tomàquet  
Hamburguesa de falafel<sup>1</sup>  
Enciam ecològic i blat de moro  
Pa<sup>1</sup> i postre s'al·lèrgens

**27** Patates estofades (pastanaga, m. tendra, ceba, tomàquet)  
Seità amb tomàquet<sup>1</sup>  
Enciam ecològic i cogombre  
Pa<sup>1</sup> i fruita ecològica

**28** Brou vegetal amb amb pasta<sup>1,3,9</sup>  
Tofu a la jardineria<sup>6</sup>  
(pèsols, pastanaga, tomàquet)  
Pa<sup>1</sup> i fruita

**29** Espaguetis amb salsa de tomàquet<sup>1,3</sup>  
Patata i ceba panadera  
Pa<sup>1</sup> i fruita

El lacti serà iogurt artesà del Bages

El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya  
Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



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

