



Institut Montserrat Roig

MENÚ BASAL



MARÇ 2025

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

3

Lliure disposició

4

Mongeta tendra i patata
Mandonguilles de vedella¹²
amb xampinyons i ceba
Pa¹ i fruita

5

Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebro)
Lluç arrebossat^{4,1,3,7}
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

6

Espaguetis amb salsa de tomàquet^{1,3}
Truita de carbassó³
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i fruita

7

Trinxat de col i patata saltat amb all
Pernillets de pollastre al forn amb herbes provençals
Enciam ecològic i espàrrecs
Pa¹ i fruita ecològica

10

Espirals amb salsa de formatge^{1,3,7}
Truita de patates³
Enciam i pastanaga
Pa¹ i lacti artesà⁷

11

Bròquil amb patata
Pollastre a l'ast
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i fruita ecològica

12

Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols)
Fricandó de vedella amb pastanaga i ceba
Pa¹ i fruita

13

Crema de carbassó
Hamburguesa d'au a la planxa¹²
Patates grilló
Pa¹ i fruita

14

Lenties ecològiques¹ amb verdures (ceba, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat⁴
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

17

Macarrons amb verdures^{1,3} (pastanaga, carbassó, ceba)
Botifarra d'au al forn¹²
Enciam i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

18

Mongetes seques estofades (tomàquet, carbassa, ceba)
Llom al forn amb all i julivert
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

19

Crema de carbassa amb crostons (opcional)
Bacallà amb all i julivert⁴
Patata i ceba
Pa¹ i fruita

20

Arròs amb tomàquet
Truita d'espinaacs i patata³
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

21

Mongeta tendra i patata
Contraçuixa pollastre a la llimona
Enciam ecològic i tomàquet
Pa¹ i fruita

24

Arròs amb verdures (pastanaga, carbassó i ceba)
Truita de patates³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

25

Celebrem els aniversaris del mes!!

Mongeta tendra i patata
Lluç arrebossat^{4,1,3,7}
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i pastís

26

JORNADA GASTRONÒMICA XINESA

Espaguetis a l'estil xinès
Wok de pollastre amb verdures
Pa¹ i Gelatina de maduixa

27

Llenties estofades¹ (tomàquet, pastanaga, ceba)
Rodó de gall dindi a la taronja
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

28

Crema de coliflor i patata
Hamburguesa de vedella a la planxa¹²
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i fruita

31

Llenties estofades amb verdures¹ (ceba, pastanaga i carbassó)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti artesà⁷

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, plàtan canari, mandarina, 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 : sabràs que menges seguint el **reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies



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



Institut Montserrat Roig



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

MARÇ 2025

MENÚ HALAL

dilluns dimarts dimecres dijous divendres

3

Lliure disposició

4

Mongeta tendra i patata
Mandonguilles de vedella halal¹²
amb xampinyons i ceba
Pa¹ i fruita

5

Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebro)
Lluç arrebossat^{4,1,3,7}
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

6

Espaguetis amb salsa de tomàquet^{1,3}
Truita de carbassó³
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i fruita

7

Trinxat de col i patata saltat amb all
Pollastre halal al forn amb herbes provençals
Enciam ecològic i espàrrecs
Pa¹ i fruita ecològica

10

Espirals amb salsa de formatge^{1,3,7}
Truita de patates³
Enciam i pastanaga
Pa¹ i lacti artesà⁷

11

Bròquil amb patata
Pollastre halal a l'ast
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i fruita ecològica

12

Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols)
Fricandó de vedella halal amb pastanaga i ceba
Pa¹ i fruita

13

Crema de carbassó
Hamburguesa d'au halal a la planxa¹²
Patates grilló
Pa¹ i fruita

14

Llenties ecològiques¹ amb verdures (ceba, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat⁴
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

17

Macarrons amb verdures^{1,3} (pastanaga, carbassó, ceba)
Botifarra d'au halal al forn¹²
Enciam i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

18

Mongetes seques estofades (tomàquet, carbassa, ceba)
Gall dindi halal forn amb all i julivert
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

19

Crema de carbassa amb crostons (opcional)
Bacallà amb all i julivert⁴
Patata i ceba
Pa¹ i fruita

20

Arròs amb tomàquet
Truita d'espinaacs i patata³
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

21

Mongeta tendra i patata
Contraçuixa pollastre halal a la llimona
Enciam ecològic i tomàquet
Pa¹ i fruita

24

Arròs amb verdures (pastanaga, carbassó i ceba)
Truita de patates³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

25

Celebrem els aniversaris del mes!!

Mongeta tendra i patata
Lluç arrebossat^{4,1,3,7}
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i pastís

26

JORNADA GASTRONÒMICA XINESA

Espaguetis a l'estil xinès
Wok de pollastre halal amb verdures
Pa¹ i Gelatina de maduixa

27

Llenties estofades¹ (tomàquet, pastanaga, ceba)
Rodó de gall dindi halal a la taronja
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

28

Crema de coliflor i patata
Hamburguesa de vedella halal a la planxa¹²
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i fruita

31

Llenties estofades amb verdures¹ (ceba, pastanaga i carbassó)
Pollastre halal al forn
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti artesà⁷

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, plàtan canari, mandarina, 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 : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies

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



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



Institut Montserrat Roig



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

MARÇ 2025

MENÚ SENSE GLUTEN

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<p>3</p> <p>lliure disposició</p>	<p>4</p> <p>Mongeta tendra i patata Mandonguilles de vedella¹² amb xampinyons i ceba Pa s/gluten i fruita</p>	<p>5</p> <p>Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebro) Lluç a la planxa⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa s/gluten i fruita</p>	<p>6</p> <p>Pasta s/gluten amb salsa de tomàquet Truita de carbassó³ Enciam ecològic i cogombre Pa s/gluten i fruita</p>	<p>7</p> <p>Trinxat de col i patata saltat amb all Pernillets de pollastre al forn amb herbes provençals Enciam ecològic i espàrrecs Pa s/gluten i fruita ecològica</p>
<p>10</p> <p>Pasta s/gluten amb salsa de formatge⁷ Truita de patates³ Enciam i pastanaga Pa s/gluten i lacti artesà⁷</p>	<p>11</p> <p>Bròquil amb patata Pollastre a l'ast Enciam ecològic i olives Pa s/gluten i fruita ecològica</p>	<p>12</p> <p>Arròs tres del·loies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Fricandó de vedella amb pastanaga i ceba Pa s/gluten i fruita</p>	<p>13</p> <p>Crema de carbassó Hamburguesa d'au a la planxa¹² Patates grilló Pa s/gluten i fruita</p>	<p>14</p> <p>Pèsols amb verdures (ceba, pastanaga i carbassó) Peix fresc s/mercat⁴ Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i fruita</p>
<p>17</p> <p>Pasta s/gluten amb verdures (pastanaga, carbassó, ceba) Botifarra d'au al forn¹² Enciam i olives Pa s/gluten i lacti artesà⁷</p>	<p>18</p> <p>Mongetes seques estofades (tomàquet, carbassa, ceba) Llom al forn amb all i julivert Enciam ecològic i pastanaga Pa s/gluten i fruita</p>	<p>19</p> <p>Crema de carbassa Bacallà amb all i julivert⁴ Patata i ceba Pa s/gluten i fruita</p>	<p>20</p> <p>Arròs amb tomàquet Truita d'espinaacs i patata³ Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i fruita</p>	<p>21</p> <p>Mongeta tendra i patata Contraçuixa pollastre a la llimona Enciam ecològic i tomàquet Pa s/gluten i fruita</p>
<p>24</p> <p>Arròs amb verdures (pastanaga, carbassó i ceba) Truita de patates³ Enciam i olives Pa s/gluten i lacti artesà⁷</p>	<p>25</p> <p>Celebrem els aniversaris del mes!!</p> <p>Mongeta tendra i patata Lluç a la planxa⁴ Enciam ecològic i pastanaga Pa s/gluten i postre s/al·lèrgens</p>	<p>26</p> <p>JORNADA GASTRONÒMICA XINESA</p> <p>Tallarins a l'estil xinès Wok de pollastre amb verdures Pa s/gluten i Gelatina de maduixa</p>	<p>27</p> <p>Pèsols amb verdures (tomàquet, pastanaga, ceba) Rodó de gall dindi a la taronja Enciam ecològic i blat de moro Pa s/gluten i fruita</p>	<p>28</p> <p>Crema de coliflor i patata Hamburguesa de vedella a la planxa¹² Enciam ecològic i cogombre Pa s/gluten i fruita</p>
<p>31</p> <p>Pèsols amb verdures (ceba, pastanaga i carbassó) Pollastre al forn Enciam i blat de moro Pa s/gluten i lacti artesà⁷</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, plàtan canari, mandarina, 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 : sabràs que menges seguint el **reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies



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



Institut Montserrat Roig



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

MARÇ 2025

MENÚ NO VEDELLA

dilluns dimarts dimecres dijous divendres

3

Lliure disposició

4

Mongeta tendra i patata
Mandonguilles d'au¹²
amb xampinyons i ceba
Pa¹ i fruita

5

Cigrons estofats amb
verdures
(tomàquet, ceba, pebro)
Lluç arrebossat^{4,1,3,7}
Enciam ecològic i
pastanaga
Pa¹ i fruita

6

Espaguetis amb salsa
de tomàquet^{1,3}
Truita de carbassó³
Enciam ecològic i
cogombre
Pa¹ i fruita

7

Trinxat de col i patata saltat
amb all
Pernillets de pollastre al forn
amb herbes provençals
Enciam ecològic i espàrrecs
Pa¹ i fruita ecològica

10

Espirals amb salsa de
formatge^{1,3,7}
Truita de patates³
Enciam i pastanaga
Pa¹ i lacti artesà⁷

11

Bròquil amb patata
Pollastre a l'ast
Enciam ecològic
i olives
Pa¹ i fruita ecològica

12

Arròs tres delícies
(pastanaga, blat de moro, pèsols)
Daus de gall dindi amb
pastanaga i ceba
Pa¹ i fruita

13

Crema de carbassó
Hamburguesa d'au a la
planxa¹²
Patates grilló
Pa¹ i fruita

14

Llenties ecològiques¹
amb verdures
(ceba, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat⁴
Enciam ecològic i blat de
moro
Pa¹ i fruita

17

Macarrons amb verdures^{1,3}
(pastanaga, carbassó, ceba)
Botifarra d'au al forn¹²
Enciam i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

18

Mongetes seques estofades
(tomàquet, carbassa, ceba)
Llom al forn amb all i julivert
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

19

Crema de carbassa amb
crostons (opcional)
Bacallà amb all i julivert⁴
Patata i ceba
Pa¹ i fruita

20

Arròs amb tomàquet
Truita d'espinaacs i patata³
Enciam ecològic i blat de
moro
Pa¹ i fruita

21

Mongeta tendra i patata
Contraçuixa pollastre
a la llimona
Enciam ecològic i tomàquet
Pa¹ i fruita

24

Arròs amb verdures¹
(pastanaga, carbassó i ceba)
Truita de patates³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

25

**Celebrem els aniversaris
del mes!!**

Mongeta tendra i patata
Lluç arrebossat^{4,1,3,7}
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i pastís

26

**JORNADA
GASTRONÒMICA XINESA**

Espaguetis a l'estil xinès
Wok de pollastre amb verdures
Pa¹ i Gelatina de maduixa

27

Llenties estofades¹
(tomàquet, pastanaga, ceba)
Rodó de gall dindi a la
taronja
Enciam ecològic i blat de
moro
Pa¹ i fruita

28

Crema de coliflor i patata
Hamburguesa d'au
a la planxa¹²
Enciam ecològic i
cogombre
Pa¹ i fruita

31

Llenties estofades amb
verdures¹
(ceba, pastanaga i carbassó)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti artesà⁷

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, plàtan canari,
mandarina, 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 : sabràs que menges seguint el **reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies

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



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



Institut Montserrat Roig



MARÇ 2025

MENÚ NO FRUITS SECS

dilluns dimarts dimecres dijous divendres

3

Lliure disposició

4

Mongeta tendra i patata
Mandonguilles de vedella¹²
amb xampinyons i ceba
Pa¹ i fruita

5

Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebro)
Lluç arrebossat^{4,1,3,7}
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

6

Espaguetis amb salsa de tomàquet^{1,3}
Trita de carbassó³
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i fruita

7

Trinxat de col i patata saltat amb all
Pernillets de pollastre al forn amb herbes provençals
Enciam ecològic i espàrrecs
Pa¹ i fruita ecològica

10

Espirals amb salsa de formatge^{1,3,7}
Trita de patates³
Enciam i pastanaga
Pa¹ i lacti artesà⁷

11

Bròquil amb patata
Pollastre a l'ast
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i fruita ecològica

12

Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols)
Fricandó de vedella amb pastanaga i ceba
Pa¹ i fruita

13

Crema de carbassó
Hamburguesa d'au a la planxa¹²
Patates grilló
Pa¹ i fruita

14

Llenties ecològiques¹ amb verdures (ceba, pastanaga i carbassó)
Peix fresc s/mercat⁴
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

17

Macarrons amb verdures^{1,3} (pastanaga, carbassó, ceba)
Botifarra d'au al forn¹²
Enciam i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

18

Mongetes seques estofades (tomàquet, carbassa, ceba)
Llom al forn amb all i julivert
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

19

Crema de carbassa amb crostons (opcional)
Bacallà amb all i julivert⁴
Patata i ceba
Pa¹ i fruita

20

Arròs amb tomàquet
Trita d'espinaacs i patata³
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

21

Mongeta tendra i patata
Contraçuixa pollastre a la llimona
Enciam ecològic i tomàquet
Pa¹ i fruita

24

Arròs amb verdures (pastanaga, carbassó i ceba)
Trita de patates³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

25

Celebrem els aniversaris del mes!!

Mongeta tendra i patata
Lluç arrebossat^{4,1,3,7}
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i postre s/al·lergens

26

JORNADA GASTRONÒMICA XINESA

Espaguetis a l'estil xinès
Wok de pollastre amb verdures
Pa¹ i Gelatina de maduixa

27

Llenties estofades¹ (tomàquet, pastanaga, ceba)
Rodó de gall dindi a la taronja
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

28

Crema de coliflor i patata
Hamburguesa de vedella a la planxa¹²
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i fruita

31

Llenties estofades amb verdures¹ (ceba, pastanaga i carbassó)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti artesà⁷

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, plàtan canari, mandarina, 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 : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



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

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



Institut Montserrat Roig

MENÚ NO PEIX

MARÇ 2025



dilluns dimarts dimecres dijous divendres

3



Lliure disposició

4

Mongeta tendra i patata
Mandonguilles de vedella¹²
amb xampinyons i ceba
Pa¹ i fruita

5

Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebro)
Gall dindi a la planxa
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

6

Espaguetis amb salsa de tomàquet^{1,3}
Truita de carbassó³
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i fruita

7

Trinxat de col i patata saltat amb all
Pernillets de pollastre al forn amb herbes provençals
Enciam ecològic i espàrrecs
Pa¹ i fruita ecològica

10

Espirals amb salsa de formatge^{1,3,7}
Truita de patates³
Enciam i pastanaga
Pa¹ i lacti artesà⁷

11

Bròquil amb patata
Pollastre a l'ast
Enciam ecològic i olives
Pa¹ i fruita ecològica

12

Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols)
Fricandó de vedella amb pastanaga i ceba
Pa¹ i fruita

13

Crema de carbassó
Hamburguesa d'au a la planxa¹²
Patates grilló
Pa¹ i fruita

14

Llenties ecològiques¹ amb verdures (ceba, pastanaga i carbassó)
Pollastre a la planxa
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

17

Macarrons amb verdures^{1,3} (pastanaga, carbassó, ceba)
Botifarra d'au al forn¹²
Enciam i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

18

Mongetes seques estofades (tomàquet, carbassa, ceba)
Llom al forn amb all i julivert
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

19

Crema de carbassa amb crostons (opcional)
Filet de gall dindi amb all i julivert⁴
Patata i ceba
Pa¹ i fruita

20

Arròs amb tomàquet
Truita d'espinaacs i patata³
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita


21

Mongeta tendra i patata
Contraçuixa pollastre a la llimona
Enciam ecològic i tomàquet
Pa¹ i fruita

24

Arròs amb verdures (pastanaga, carbassó i ceba)
Truita de patates³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

25



Celebrem els aniversaris del mes!!

Mongeta tendra i patata
Gall dindi a la planxa
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i pastís

26



JORNADA GASTRONÒMICA XINESA

Espaguetis a l'estil xinès
Wok de pollastre amb verdures
Pa¹ i Gelatina de maduixa

27


Llenties estofades¹ (tomàquet, pastanaga, ceba)
Rodó de gall dindi a la taronja
Enciam ecològic i blat de moro
Pa¹ i fruita

28

Crema de coliflor i patata
Hamburguesa de vedella a la planxa¹²
Enciam ecològic i cogombre
Pa¹ i fruita


31

Llenties estofades amb verdures¹ (ceba, pastanaga i carbassó)
Pollastre al forn
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti artesà⁷




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.**




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

Aquest mes les fruites que es serviran de postres seran: **poma, pera, plàtan canari, mandarina, 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 : sabràs que menges seguint el **reglament europeu 1169/2011** d'al·lèrgies i intoleràncies



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



Institut Montserrat Roig



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

MARÇ 2025

MENÚ NO CARN

dilluns dimarts dimecres dijous divendres

3

Lliure disposició

4

Mongeta tendra i patata Tofu⁶ amb xampinyons i ceba Pa¹ i fruita

5

Cigrons estofats amb verdures (tomàquet, ceba, pebro) Lluç arrebossat^{4,1,3,7} Enciam ecològic i pastanaga Pa¹ i fruita

6

Espaguetis amb salsa de tomàquet^{1,3} Truita de carbassó³ Enciam ecològic i cogombre Pa¹ i fruita

7

Trinxat de col i patata saltat amb all Hamburguesa de cuscús i verdures^{1,3} Enciam ecològic i espàrrecs Pa¹ i fruita ecològica

10

Espirals amb salsa de formatge^{1,3,7} Truita de patates³ Enciam i pastanaga Pa¹ i lacti artesà⁷

11

Bròquil amb patata Lluç a la planxa⁴ Enciam ecològic i olives Pa¹ i fruita ecològica

12

Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro, pèsols) Seità amb pastanaga i ceba¹ Pa¹ i fruita

13

Crema de carbassó Truita francesa³ Patates grilló Pa¹ i fruita

14

Lenties ecològiques¹ amb verdures (ceba, pastanaga i carbassó) Peix fresc s/mercat⁴ Enciam ecològic i blat de moro Pa¹ i fruita

17

Macarrons amb verdures^{1,3} (pastanaga, carbassó, ceba) Truita francesa³ Enciam i olives Pa¹ i lacti artesà⁷

18

Mongetes seques estofades (tomàquet, carbassa, ceba) Hamburguesa de cuscús i verdures^{1,3} Enciam ecològic i pastanaga Pa¹ i fruita

19

Crema de carbassa amb crostons (opcional) Bacallà amb all i julivert⁴ Patata i ceba Pa¹ i fruita

20

Arròs amb tomàquet Truita d'espinaçs i patata³ Enciam ecològic i blat de moro Pa¹ i fruita

21

Mongeta tendra i patata Tofu amb tomàquet⁶ Enciam ecològic i tomàquet Pa¹ i fruita

24

Arròs amb verdures (pastanaga, carbassó i ceba) Truita de patates³ Enciam i olives Pa¹ i lacti artesà⁷

25

Celebrem els aniversaris del mes!!

Mongeta tendra i patata Lluç arrebossat^{4,1,3,7} Enciam ecològic i pastanaga Pa¹ i pastís

26

JORNADA GASTRONÒMICA XINESA

Espaguetis a l'estil xinès Wok de tofu amb verdures¹ Pa¹ i Gelatina de maduixa

27

Lenties estofades¹ (tomàquet, pastanaga, ceba) Truita francesa³ Enciam ecològic i blat de moro Pa¹ i fruita

28

Crema de coliflor i patata Hamburguesa de cuscús i verdures^{1,3} Enciam ecològic i cogombre Pa¹ i fruita

31

Llenties estofades amb verdures¹ (ceba, pastanaga i carbassó) Truita francesa³ Enciam i blat de moro Pa¹ i lacti artesà⁷

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, plàtan canari, mandarina, 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 : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies

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



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



Institut Montserrat Roig



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

MARÇ 2025

MENÚ VEGETARIÀ

dilluns dimarts dimecres dijous divendres

3



llibre disposició

4

Mongeta tendra i patata
Tofu⁶
amb xampinyons i ceba
Pa¹ i fruita

5

Cigrons estofats amb
verdures
(tomàquet, ceba, pebro)
Arròs blanc saltat
Enciam ecològic i
pastanaga
Pa¹ i fruita

6

Espaguetis amb salsa
de tomàquet^{1,3}
Truita de carbassó³
Enciam ecològic i
cogombre
Pa¹ i fruita

7

Trinxat de col i patata saltat
amb all
Hamburguesa de cuscús i
verdures^{1,3}
Enciam ecològic i espàrrecs
Pa¹ i fruita ecològica

10

Espirals amb salsa de
formatge^{1,3,7}
Truita de patates³
Enciam i pastanaga
Pa¹ i lacti artesà⁷

11

Bròquil amb patata
Hamburguesa de falafel
Enciam ecològic
i olives
Pa¹ i fruita ecològica

12

Arròs tres delícies
(pastanaga, blat de moro, pèsols)
Seità amb pastanaga i
ceba¹
Pa¹ i fruita

13

Crema de carbassó
Truita francesa³
Patates grilló
Pa¹ i fruita

14

Llenties ecològiques¹
amb verdures
(ceba, pastanaga i carbassó)
Mongeta tendra i patata
Enciam ecològic i blat de
moro
Pa¹ i fruita

17

Macarrons amb verdures^{1,3}
(pastanaga, carbassó, ceba)
Truita francesa³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

18

Mongetes seques estofades
(tomàquet, carbassa, ceba)
Hamburguesa de cuscús i
verdures^{1,3}
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i fruita

19

Crema de carbassa amb
crostons (opcional)
Pèsols saltats amb ceba
Patata i ceba
Pa¹ i fruita

20

Arròs amb tomàquet
Truita d'espinaçs i patata³
Enciam ecològic i blat de
moro
Pa¹ i fruita

21

Mongeta tendra i patata
Tofu amb tomàquet⁶
Enciam ecològic i tomàquet
Pa¹ i fruita

24

Arròs amb verdures
(pastanaga, carbassó i ceba)
Truita de patates³
Enciam i olives
Pa¹ i lacti artesà⁷

25



**Celebrem els aniversaris
del mes!!**

Mongeta tendra i patata
Seità amb verdures i
tomàquet¹
Enciam ecològic i pastanaga
Pa¹ i postre s/al·lergens

26



**JORNADA
GASTRONÒMICA XINESA**

Espaguetis a l'estil xinès
Wok de tofu amb verdures⁶
Pa¹ i Gelatina de maduixa

27


Llenties estofades¹
(tomàquet, pastanaga, ceba)
Truita francesa³
Enciam ecològic i blat de
moro
Pa¹ i fruita

28

Crema de coliflor i patata
Hamburguesa de cuscús i
verdures^{1,3}
Enciam ecològic i
cogombre
Pa¹ i fruita


31

Llenties estofades amb
verdures¹
(ceba, pastanaga i carbassó)
Truita francesa³
Enciam i blat de moro
Pa¹ i lacti artesà⁷



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, plàtan canari,
mandarina, 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 : sabràs que menges seguint el **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 SULFITS
-  13 TRAMUSSOS
-  14 MOL·LUSC



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