



ABRIL 2026



Institut Escola Coves d'en Cimany

SUGGERIMENTS DE SOPARS



corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 SETMANA SANTA	2 SETMANA SANTA	3 SETMANA SANTA
6 SETMANA SANTA	7 Verdura amb patata Pollastre al forn Pa i fruita	8 Sopa d'au d'arros Dorada al forn Pa i fruita	9 Verdura amb patata Truita francesa Pa i fruita	10 Macarrons amb verdures Lluç a la planxa Pa i fruita
13 Macarrons amb verdures Truita de patata Pa i fruita	14 Espinacs amb patata Pollastre a la planxa Pa i fruita	15 Crema de pastanaga Lluç a la planxa Pa i fruita	16 Patata bullida amb oli Gall d'indi amb verdures Pa i fruita	17 Croquetes de pollastre, patates i tomàquet al forn Pa i fruita
20 Espinacs i patates Truita de patata Pa i fruita	21 Patata bullida amb oli Gall d'indi amb verdures Pa i fruita	22 Verdura amb patata Pollastre a la planxa Pa i fruita	23 Espirals amb formatge ratllat Lluç a la planxa Pa i fruita	24 Pizza casolona al gust Pa i fruita
27 Espirals amb verdures Pollastre al forn Pa i fruita	28 Verdura amb patata Truita francesa Pa i fruita	29 Crema de verdures Gall d'indi al forn Pa i fruita	30 Sopa d'au d'arros Dorada al forn 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 CACAUETS
- 6 SOJA
- 7 LLET
- 8 FRUITS DE CLOSCA
- 9 API
- 10 MOSTASSA
- 11 SESAM
- 12 SULFITS
- 13 TRAMUSSOS
- 14 MOL·LUSC



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