

INSTITUT ESCOLA COVES D'EN CIMANY

NOVEMBRE 2026

MENÚ SENSE GLUTEN

core RESTAURACIÓ
corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2 Mongeta verda i patata Estofat de **vedella ecològica** amb verdures Pa s/gluten i fruita	3 Llenties estofades amb verdures Truita de patates[3] **Enciam ecològic** i pastanaga Pa s/gluten i fruita	4 Brou d'au amb pasta s/gluten Lluç al forn[4] **Enciam ecològic** i olives Pa s/gluten i **fruita ecològica**	5 Arròs integral amb verdures Pollastre amb sanfaina Pa s/gluten i fruita	6 Crema de verdures Cigrons estofats amb verdures Pa s/gluten i lacti[7]
9 Arròs amb salsa de tomàquet Truita francesa[3] **Enciam ecològic** i tomàquet Pa s/gluten i **fruita ecològica**	10 Coliflor amb patata Estofat de cigrons amb verdures Pa s/gluten i **fruita ecològica**	11 ***Menú escollit pels alumnes*** Brou d'au amb pasta s/gluten Mandonguilles de vedella amb tomàquet i patates Pa s/gluten i postre sense al·lèrgens	12 Crema de pastanaga Pollastre a l'ast **Enciam ecològic** i blat de moro Pa s/gluten i **fruita ecològica**	13 Macarrons integrals s/ou amb salsa de tomàquet **Peix fresc de llotja**[4] **Enciam ecològic** i blat de moro Pa s/gluten i **fruita ecològica**
16 Patates estofades Bacallà al forn amb verdures i tomàquet[4] Pa s/gluten i fruita	17 Bròquil amb patates Estofat de vedella amb verdures i patates Pa s/gluten i **fruita ecològica**	18 Espirals s/gluten amb salsa de tomàquet[1] Truita de patata[3] **Enciam ecològic** i tomàquet Pa s/gluten i lacti[7]	19 Arròs integral amb verdures Pollastre al forn **Enciam ecològic** i blat de moro Pa s/gluten i **fruita ecològica**	20 Crema de verdures Llenties estofades amb verdures Pa s/gluten i fuita
23 Fideus s/gluten a la cassola[1] Lluç arrebossat[1,4] **Enciam ecològic** i olives Pa s/gluten i fruita	24 Mongetes guisades amb verdures Truita de verdures[3] **Verdures al forn** Pa s/gluten i fruita	25 Coliflor amb patates Tacos de porc estofats a la jardinera Pa s/gluten i lacti[7]	26 Arròs amb salsa de tomàquet Pollastre al forn **Enciam ecològic** i blat de moro Pa s/gluten i **fruita ecològica**	27 Crema de carabassa Macarrons s/gluten amb bolonyesa de soja texturitzada[1,6] Pa s/gluten i **fruita ecològica**
30 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre al forn **Enciam ecològic** i olives 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 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

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



PRODUCTES DE PROXIMITAT

PRODUCTES DE TEMPORADA

PEIX FRESC SEGONS MERCAT



INSTITUT ESCOLA COVES D'EN CIMANY

NOVEMBRE 2026

MENÚ SENSE OU

core RESTAURACIÓ
corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2 Mongeta verda i patata Estofat de **vedella ecològica** amb verdures Pa[1] i fruita	3 Llenties estofades amb verdures Gall d'indi al forn **Enciam ecològic** i pastanaga Pa[1] i fruita	4 Brou d'au amb pasta s/ou [1] Lluç al forn[4] **Enciam ecològic** i olives Pa[1] i **fruita ecològica**	5 Arròs integral amb verdures Pollastre amb sanfaina Pa[1] i fruita	6 Crema de verdures Cigrons estofats amb verdures Pa[1] i lacti[7]
9 Arròs amb salsa de tomàquet Gall d'indi al forn **Enciam ecològic** i tomàquet Pa[1] i **fruita ecològica**	10 Coliflor amb patata Estofat de cigrons amb verdures Pa[1] i **fruita ecològica**	11 ***Menú escollit pels alumnes*** Brou d'au amb pasta s/ou [1] Mandonguilles de vedella amb tomàquet i patates Pa[1] i postre sense al·lèrgens	12 Crema de pastanaga Pollastre a l'ast **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**	13 Macarrons integrals s/ou amb salsa de tomàquet **Peix fresc de llotja**[4] **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**
16 Patates estofades Bacallà al forn amb verdures i tomàquet[4] Pa[1] i fruita	17 Bròquil amb patates Estofat de vedella amb verdures i patates Pa[1] i **fruita ecològica**	18 Espirals s/ou amb salsa de tomàquet[1] Gall d'indi al forn **Enciam ecològic** i tomàquet Pa[1] i lacti[7]	19 Arròs integral amb verdures Pollastre al forn **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**	20 Crema de verdures Llenties estofades amb verdures Pa[1] i fuita
23 Fideus s/ou a la cassola Lluç arrebossat[1,4] **Enciam ecològic** i olives Pa[1] i fruita	24 Mongetes guisades amb verdures Gall d'indi al forn **Verdures tempurah**[1] Pa[1] i fruita	25 Coliflor amb patates Tacos de porc estofats a la jardinera Pa[1] i lacti[7]	26 Arròs amb salsa de tomàquet Pollastre al forn **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**	27 Crema de carabassa Macarrons s/ou amb bolonyesa de soja texturitzada[1,6] Pa[1] i **fruita ecològica**
30 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre al forn **Enciam ecològic** i olives Pa[1] 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 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

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



PRODUCTES DE PROXIMITAT

PRODUCTES DE TEMPORADA

PEIX FRESC SEGONS MERCAT



INSTITUT ESCOLA COVES D'EN CIMANY

NOVEMBRE 2026

MENÚ HALAL

core RESTAURACIÓ
corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2 Mongeta verda i patata Estofat de **vedella halal** amb verdures Pa[1] i fruita	3 Llenties estofades amb verdures Truita de patates[3] **Enciam ecològic** i pastanaga Pa[1] i fruita	4 Brou d'au amb pasta [1] Lluç al forn[4] **Enciam ecològic** i olives Pa[1] i **fruita ecològica**	5 Arròs integral amb verdures Pollastre halal amb sanfaina Pa[1] i fruita	6 Crema de verdures Cigrons estofats amb verdures Pa[1] i lacti[7]
9 Arròs amb salsa de tomàquet Truita francesa[3] **Enciam ecològic** i tomàquet Pa[1] i **fruita ecològica**	10 Coliflor amb patata Estofat de cigrons amb verdures Pa[1] i **fruita ecològica**	11 ***Menú escollit pels alumnes*** Brou vegetal amb pasta [1] Mandonguilles de vedella halal amb tomàquet i patates Pa[1] i pastís [1,3,7]	12 Crema de pastanaga Pollastre halal a l'ast **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**	13 Macarrons integrals amb salsa de tomàquet[1,3] **Peix fresc de llotja**[4] **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**
16 Patates estofades Bacallà al forn amb verdures i tomàquet[4] Pa[1] i fruita	17 Bròquil amb patates Estofat de vedella halal amb verdures i patates Pa[1] i **fruita ecològica**	18 Espirals amb salsa de tomàquet[1] Truita de patata[3] **Enciam ecològic** i tomàquet Pa[1] i lacti[7]	19 Arròs integral amb verdures Pollastre halal al forn **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**	20 Crema de verdures Llenties estofades amb verdures Pa[1] i fuita
23 Fideus a la cassola[1] Lluç arrebossat[1,4] **Enciam ecològic** i olives Pa[1] i fruita	24 Mongetes guisades amb verdures Truita de verdures[3] **Verdures tempurah**[1] Pa[1] i fruita	25 Coliflor amb patates Tacos de gall d'indi halal estofats a la jardinera Pa[1] i lacti[7]	26 Arròs amb salsa de tomàquet Pollastre al forn **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**	27 Crema de carabassa Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada[1,6] Pa[1] i **fruita ecològica**
30 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre halal al forn **Enciam ecològic** i olives Pa[1] 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

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



PRODUCTES DE PROXIMITAT

PRODUCTES DE TEMPORADA

PEIX FRESC SEGONS MERCAT



INSTITUT ESCOLA COVES D'EN CIMANY

NOVEMBRE 2026

MENÚ SENSE LACTOSA

core RESTAURACIÓ
corerestauracio.com
@corerestauracio
@CORErestauracio

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2 Mongeta verda i patata Estofat de **vedella ecològica** amb verdures Pa[1] i fruita	3 Llenties estofades amb verdures Truita de patates[3] **Enciam ecològic** i pastanaga Pa[1] i fruita	4 Brou d'au amb pasta [1] Lluç al forn[4] **Enciam ecològic** i olives Pa[1] i **fruita ecològica**	5 Arròs integral amb verdures Pollastre amb sanfaina Pa[1] i fruita	6 Crema de verdures Cigrons estofats amb verdures Pa[1] i lacti s/lactosa
9 Arròs amb salsa de tomàquet Truita francesa[3] **Enciam ecològic** i tomàquet Pa[1] i **fruita ecològica**	10 Coliflor amb patata Estofat de cigrons amb verdures Pa[1] i **fruita ecològica**	11 ***Menú escollit pels alumnes*** Brou d'au amb pasta [1] Mandonguilles de vedella amb tomàquet i patates Pa[1] i postre sense al·lèrgens	12 Crema de pastanaga Pollastre a l'ast **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**	13 Macarrons integrals amb salsa de tomàquet[1,3] **Peix fresc de llotja**[4] **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**
16 Patates estofades Bacallà al forn amb verdures i tomàquet[4] Pa[1] i fruita	17 Bròquil amb patates Estofat de vedella amb verdures i patates Pa[1] i **fruita ecològica**	18 Espirals amb salsa de tomàquet[1] Truita de patata[3] **Enciam ecològic** i tomàquet Pa[1] i lacti s/lactosa	19 Arròs integral amb verdures Pollastre al forn **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**	20 Crema de verdures Llenties estofades amb verdures Pa[1] i fuita
23 Fideus a la cassola[1] Lluç arrebossat[1,4] **Enciam ecològic** i olives Pa[1] i fruita	24 Mongetes guisades amb verdures Truita de verdures[3] **Verdures tempurah**[1] Pa[1] i fruita	25 Coliflor amb patates Tacos de porc estofats a la jardinera Pa[1] i lacti s/lactosa	26 Arròs amb salsa de tomàquet Pollastre al forn **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**	27 Crema de carabassa Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada[1,6] Pa[1] i **fruita ecològica**
30 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre al forn **Enciam ecològic** i olives Pa[1] 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 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

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



PRODUCTES DE PROXIMITAT

PRODUCTES DE TEMPORADA

PEIX FRESC SEGONS MERCAT



INSTITUT ESCOLA COVES D'EN CIMANY

NOVEMBRE 2026

MENÚ SENSE PEIX

core RESTAURACIÓ
corerestauracio.com
@corerestauracio
@COREstauracio

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2 Mongeta verda i patata Estofat de **vedella ecològica** amb verdures Pa[1] i fruita	3 Llenties estofades amb verdures Truita de patates[3] **Enciam ecològic** i pastanaga Pa[1] i fruita	4 Brou d'au amb pasta [1] Gall d'indi al forn **Enciam ecològic** i olives Pa[1] i **fruita ecològica**	5 Arròs integral amb verdures Pollastre amb sanfaina Pa[1] i fruita	6 Crema de verdures Cigrons estofats amb verdures Pa[1] i lacti[7]
9 Arròs amb salsa de tomàquet Truita francesa[3] **Enciam ecològic** i tomàquet Pa[1] i **fruita ecològica**	10 Coliflor amb patata Estofat de cigrons amb verdures Pa[1] i **fruita ecològica**	11 ***Menú escollit pels alumnes*** Brou d'au amb pasta [1] Mandonguilles de vedella amb tomàquet i patates Pa[1] i pastís [1,3,7]	12 Crema de pastanaga Pollastre a l'ast **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**	13 Macarrons integrals amb salsa de tomàquet[1,3] Gall d'indi al forn **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**
16 Patates estofades Gall d'indi al forn al forn amb verdures i tomàquet[4] Pa[1] i fruita	17 Bròquil amb patates Estofat de vedella amb verdures i patates Pa[1] i **fruita ecològica**	18 Espirals amb salsa de tomàquet[1] Truita de patata[3] **Enciam ecològic** i tomàquet Pa[1] i lacti[7]	19 Arròs integral amb verdures Pollastre al forn **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**	20 Crema de verdures Llenties estofades amb verdures Pa[1] i fuita
23 Fideus a la cassola[1] Pollastre arrebossat[1,4] **Enciam ecològic** i olives Pa[1] i fruita	24 Mongetes guisades amb verdures Truita de verdures[3] **Verdures tempurah**[1] Pa[1] i fruita	25 Coliflor amb patates Tacos de porc estofats a la jardinera Pa[1] i lacti[7]	26 Arròs amb salsa de tomàquet Pollastre al forn **Enciam ecològic** i blat de moro Pa[1] i **fruita ecològica**	27 Crema de carabassa Macarrons amb bolonyesa de soja texturitzada[1,6] Pa[1] i **fruita ecològica**
30 Arròs integral amb salsa de tomàquet Pollastre al forn **Enciam ecològic** i olives Pa[1] 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

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



PRODUCTES DE PROXIMITAT

PRODUCTES DE TEMPORADA

PEIX FRESC SEGONS MERCAT