
















dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 <b>FESTA</b>	4 Mongeta verda amb patates Contracuixa de pollastre amb espècies <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>	5 Llenties guisades amb verdures Truita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica	6 Macarrons amb orenga <sup>1</sup> Gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita	7 Arròs amb verdures <b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
10 Sopa de peix amb pasta <sup>1,4</sup> Truita de carbassó <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita 	11 Arròs amb orenga Filet de lluç amb julivert <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	12 Crema de porro Salsitxes amb verdures i patates Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	13 Espinacs amb patates Gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	14 Macarrons amb orenga <sup>1</sup> Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
17 Patates estofades amb verdures Hamburguesa de vedella amb verdures i patates Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	18 Espirals a la carbonara de xampinyons <sup>1,3,7</sup> Filet de lluç al forn amb salsa <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	19 Sopa de brou d'au amb pasta <sup>1</sup> Truita de patata <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita 	20 <b>Col ecològica</b> amb patates Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	21 <b>Menú escollit pels alumnes</b> Macarrons amb orenga <sup>1</sup> Nuggets de pollastre amb patates fregides <sup>1,6,10</sup> Natilles de xocolata <sup>7</sup>
24 Crema de pastanaga Pollastre al forn amb llimona <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	25 Arròs 3 delícies <sup>3</sup> (blat de moro, pèsols, truita) Hamburguesa de vedella al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	26 Espaguetis amb orenga <sup>1,3</sup> Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	27 Cigrons estofats amb espinacs Truita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita 	28 Crema de <b>carbassa ecològica</b> Gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita
31 Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patates <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica				

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir **crostons**
- ✓ En les pastes s'ofereix **formatge ratllat**
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix **pa integral**

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



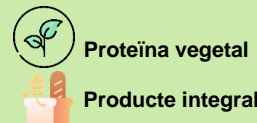
Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: **Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan**















Els iogurts seran de proximitat del Bages




Aquest mes Jornada gastronòmica italiana!

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 <b>FESTA</b>	4 Mongeta verda amb patates Contracuixa de pollastre amb espècies <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>	5 Patates estofades amb verdures Truita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica	6 Macarrons amb salsa amb tomàquet <sup>1</sup> Gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita	7 Arròs amb verdures <b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
10 Sopa de peix amb pasta <sup>1,4</sup> Truita de carbassó <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita 	11 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç amb julivert <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	12 Crema de porro Salsixes amb sanfaina i patates Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	13 Espinacs amb patates Estofat de gall d'indi Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	14 Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
17 Patates estofades amb verdures Hamburguesa de vedella amb verdures i patates Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	18 Espirals a la carbonara de xampinyons <sup>1,3,7</sup> Filet de lluç al forn amb salsa <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	19 Sopa de brou d'au amb pasta <sup>1</sup> Truita de patata <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	20 <b>Col ecològica</b> amb patates Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	21 <b>Menú escollit pels alumnes</b> Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Nuggets de pollastre amb patates fregides <sup>1,6,10</sup> Natilles de xocolata <sup>7</sup>
24 Crema de pastanaga Pollastre al forn amb llimona <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	25 Arròs 3 delícies <sup>3</sup> (blat de moro, pèsols, truita) Hamburguesa de vedella al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	26 Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup> Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	27 Cigrons estofats amb espinacs Truita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	28 Crema de <b>carbassa ecològica</b> Estofat de gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita
31 Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patates <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica				

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir **crostons**
- ✓ En les pastes s'ofereix **formatge ratllat**
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix **pa integral**



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



Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:

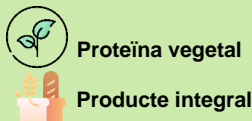
**Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan**















Els iogurts seran de proximitat del Bages







Aquest mes Jornada gastronòmica italiana!

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies




dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 <b>FESTA</b>	4 Mongeta verda amb patates Contracuixa de pollastre amb espècies <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>	5 Llenties guisades amb verdures Trita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica	6 Macarrons amb salsa amb tomàquet <sup>1</sup> Gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita	7 Arròs amb verdures <b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
10 Sopa de peix amb pasta <sup>1,4</sup> Trita de carbassó <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita 	11 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç amb julivert <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	12 Crema de porro Salsixes amb sanfaina i patates Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	13 Espinacs amb patates Estofat de gall d'indi Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	14 Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
17 Patates estofades amb verdures Hamburguesa de vedella amb verdures i patates Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	18 Espirals a la carbonara de xampinyons <sup>1,3,7</sup> Filet de lluç al forn amb salsa <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	19 Sopa de brou d'au amb pasta <sup>1</sup> Trita de patata <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	20 <b>Col ecològica</b> amb patates Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	21 <b>Menú escollit pels alumnes</b> Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Nuggets de pollastre amb patates fregides <sup>1,6,10</sup> Natilles de xocolata <sup>7</sup>
24 Crema de pastanaga Pollastre al forn amb llimona <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	25 Arròs 3 delícies <sup>3</sup> (blat de moro, pèsols, truita) Hamburguesa de vedella al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	26 Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup> Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	27 Cigrons estofats amb espinacs Trita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	28 Crema de <b>carbassa ecològica</b> Estofat de gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita
31 Arròs amb salsa de tomàquet Trita de patates <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica				

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons 
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat 
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral 

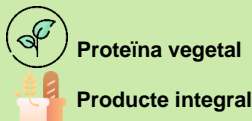
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques 

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: **Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan**

Els iogurts seran de proximitat del Bages 

Aquest mes Jornada gastronòmica italiana!

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 <b>FESTA</b>	4 Mongeta verda amb patates Contracuixa de pollastre amb espècies <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>	5 Llenties guisades amb verdures Trita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica	6 Macarrons amb salsa amb tomàquet <sup>1</sup> Gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita	7 Arròs amb verdures <b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
10 Sopa de peix amb pasta <sup>1,4</sup> Trita de carbassó <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita 	11 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç amb julivert <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	12 Crema de porro Salsixes amb sanfaina i patates Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	13 Espinacs amb patates Estofat de gall d'indi Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	14 Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
17 Patates estofades amb verdures Hamburguesa de vedella amb verdures i patates Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	18 Espirals a la carbonara de xampinyons <sup>1,3,7</sup> Filet de lluç al forn amb salsa <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	19 Sopa de brou d'au amb pasta <sup>1</sup> Trita de patata <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	20 <b>Col ecològica</b> amb patates Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	21  <b>Menú escollit pels alumnes</b> Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Nuggets de pollastre amb patates fregides <sup>1,6,10</sup> Natilles de xocolata <sup>7</sup>
24 Crema de pastanaga Pollastre al forn amb llimona <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	25 Arròs 3 delícies <sup>3</sup> (blat de moro, pèsols, truita) Hamburguesa de vedella al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	26 Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup> Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	27 Cigrons estofats amb espinacs Trita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	28 Crema de <b>carbassa ecològica</b> Estofat de gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita
31 Arròs amb salsa de tomàquet Trita de patates <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica				

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; perls fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral

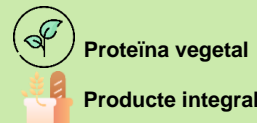
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: **Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan**

Els iogurts seran de proximitat del Bages

Aquest mes Jornada gastronòmica italiana!

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



















MARÇ 2025

# INSTITUT ESCOLA COVES D'EN CIMANY

## MENÚ SENSE PEIX



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 <b>FESTA</b>	4 Mongeta verda amb patates Contracuixa de pollastre amb espècies <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>	5 Llenties guisades amb verdures Trita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica	6 Macarrons amb salsa amb tomàquet <sup>1</sup> Gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita	7 Arròs amb verdures Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
10 Sopa vegetal amb pasta <sup>1,4</sup> Trita de carbassó <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita 	11 Arròs amb salsa de tomàquet Gall d'indi amb julivert <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	12 Crema de porro Salsixes amb sanfaina i patates Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	13 Espinacs amb patates Estofat de gall d'indi Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	14 Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
17 Patates estofades amb verdures Hamburguesa de vedella amb verdures i patates Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	18 Espirals a la carbonara de xampinyons <sup>1,3,7</sup> Gall d'indi al forn amb salsa <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	19 Sopa de brou d'au amb pasta <sup>1</sup> Trita de patata <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	20 <b>Col ecològica</b> amb patates Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	21 <b>Menú escollit pels alumnes</b> Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Nuggets de pollastre amb patates fregides <sup>1,6,10</sup> Natilles de xocolata <sup>7</sup>
24 Crema de pastanaga Pollastre al forn amb llimona <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	25 Arròs 3 delícies <sup>3</sup> (blat de moro, pèsols, truita) Hamburguesa de vedella al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	26 Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup> Gall d'indi en salsa verde <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	27 Cigrons estofats amb espinacs Trita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	28 Crema de <b>carbassa ecològica</b> Estofat de gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita
31 Arròs amb salsa de tomàquet Trita de patates <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica				

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir **crostons**
- ✓ En les pastes s'ofereix **formatge ratllat**
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix **pa integral**



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



Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:

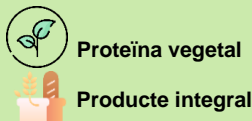
**Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan**

Els iogurts seran de proximitat del Bages





















Aquest mes Jornada gastronòmica italiana!

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies




El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 <b>FESTA</b>	4 Mongeta verda amb patates Contraçuixa de pollastre halal amb espècies <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>	5 Llenties guisades amb verdures Truita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica	6 Macarrons amb salsa amb tomàquet <sup>1</sup> Gall d'indi halal amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita	7 Arròs amb verdures <b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
10 Sopa de peix amb pasta <sup>1,4</sup> Truita de carbassó <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita 	11 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç amb julivert <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	12 Crema de porro Salsitxes de pollastre halal amb sanfaina i patates Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	13 Espinacs amb patates Estofat de gall d'indi halal Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	14 Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Pollastre halal al forn <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
17 Patates estofades amb verdures Hamburguesa de vedella halal amb verdures i patates Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	18 Espirals a la carbonara de xampinyons <sup>1,3,7</sup> Filet de lluç al forn amb salsa <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	19 Sopa de brou d'au amb pasta <sup>1</sup> Truita de patata <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	20 <b>Col ecològica</b> amb patates Pollastre halal al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	21 <b>Menú escollit pels alumnes</b> Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Nuggets de pollastre halal amb patates fregides <sup>1,6,10</sup> Natilles de xocolata <sup>7</sup>
24 Crema de pastanaga Pollastre halal al forn amb llimona <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	25 Arròs 3 delícies <sup>3</sup> (blat de moro, pèsols, truita) Hamburguesa de vedella halal al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	26 Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup> Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	27 Cigrons estofats amb espinacs Truita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	28 Crema de <b>carbassa ecològica</b> Estofat de gall d'indi halal amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita
31 Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patates <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica				

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons 
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat 
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral 

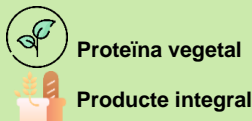
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques 

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: **Poma ecològica, pera, mandamines, plàtan**

Els iogurts seran de proximitat del Bages 

Aquest mes Jornada gastronòmica italiana!

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies























MARÇ 2025


# INSTITUT ESCOLA COVES D'EN CIMANY

## MENÚ SENSE LACTOSA




dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 <b>FESTA</b>	4 Mongeta verda amb patates Contracuixa de pollastre amb espècies <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti s/lactosa	5 Llenties guisades amb verdures Trita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica	6 Macarrons amb salsa amb tomàquet <sup>1</sup> Gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita	7 Arròs amb verdures <b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
10 Sopa de peix amb pasta <sup>1,4</sup> Trita de carbassó <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita 	11 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç amb julivert <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	12 Crema de porro Salsixes amb sanfaina i patates Pa <sup>1</sup> i lacti s/lactosa 	13 Espinacs amb patates Estofat de gall d'indi Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	14 Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
17 Patates estofades amb verdures Hamburguesa de vedella amb verdures i patates Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	18 Espirals amb salsa de tomàquet <sup>1,3</sup> Filet de lluç al forn amb salsa <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	19 Sopa de brou d'au amb pasta <sup>1</sup> Trita de patata <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	20 <b>Col ecològica</b> amb patates Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	21  <b>Menú escollit pels alumnes</b> Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Nuggets de pollastre amb patates fregides <sup>1,6,10</sup> Natilles de xocolata <sup>7</sup>
24 Crema de pastanaga Pollastre al forn amb llimona <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	25 Arròs 3 delícies <sup>3</sup> (blat de moro, pèsols, truita) Hamburguesa de vedella al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	26 Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup> Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti s/lactosa 	27 Cigrons estofats amb espinacs Trita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	28 Crema de <b>carbassa ecològica</b> Estofat de gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita
31 Arròs amb salsa de tomàquet Trita de patates <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica				

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; perls fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir **crostons** 
- ✓ En les pastes s'ofereix **formatge ratllat** 
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix **pa integral** 

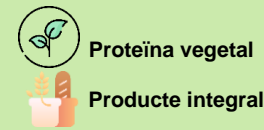
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques 

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: **Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan**















Els iogurts seran de proximitat del Bages 

Aquest mes Jornada gastronòmica italiana!

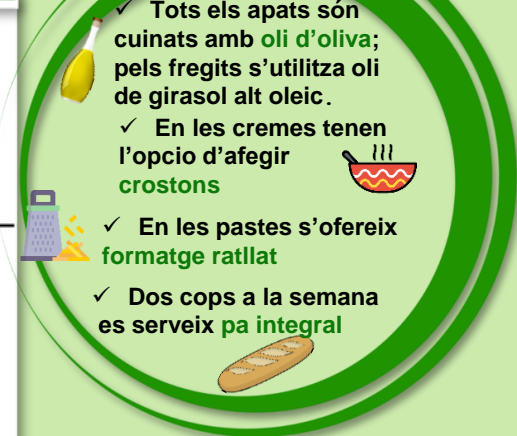
Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies




El menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 <b>FESTA</b>	4 Mongeta verda amb patates Contracuixa de pollastre amb espècies <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa s/gluten i lacti <sup>7</sup>	5 Llenties guisades amb verdures Truita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b>	6 Macarrons s/gluten amb salsa amb tomàquet <sup>1</sup> Gall d'indi amb verdures Pa s/gluten i fruita	7 Arròs amb verdures <b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b> 
10 Sopa de peix amb pasta s/gluten <sup>4</sup> Truita de carbassó <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa s/gluten i fruita 	11 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç amb julivert <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b> 	12 Crema de porro Salsixes amb sanfaina i patates Pa s/gluten i lacti <sup>7</sup> 	13 Espinacs amb patates Estofat de gall d'indi Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b> 	14 Macarrons s/gluten amb salsa de tomàquet Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b> 
17 Patates estofades amb verdures Hamburguesa de vedella amb verdures i patates Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b> 	18 Espirals s/gluten a la carbonara de xampinyons <sup>3,7</sup> Filet de lluç al forn amb salsa <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa s/gluten i fruita 	19 Sopa de brou d'au amb pasta s/gluten Truita de patata <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa s/gluten i fruita 	20 <b>Col ecològica</b> amb patates Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b> 	21 <b>Menú escollit pels alumnes</b> Macarrons s/gluten amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Fingers de pollastre amb patates fregides Natilles de xocolata <sup>7</sup>
24 Crema de pastanaga Pollastre al forn amb llimona <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b> 	25 Arròs 3 delícies <sup>3</sup> (blat de moro, pèsols, truita) Hamburguesa de vedella al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa s/gluten i fruita 	26 Espaguetis s/gluten amb tomàquet <sup>3</sup> Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa s/gluten i lacti <sup>7</sup> 	27 Cigrons estofats amb espinacs Truita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa s/gluten i fruita 	28 Crema de <b>carbassa ecològica</b> Estofat de gall d'indi amb verdures Pa s/gluten i fruita
31 Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patates <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa s/gluten i <b>fruita ecològica</b>				

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir **crostons**
- ✓ En les pastes s'ofereix **formatge ratllat**
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix **pa integral**

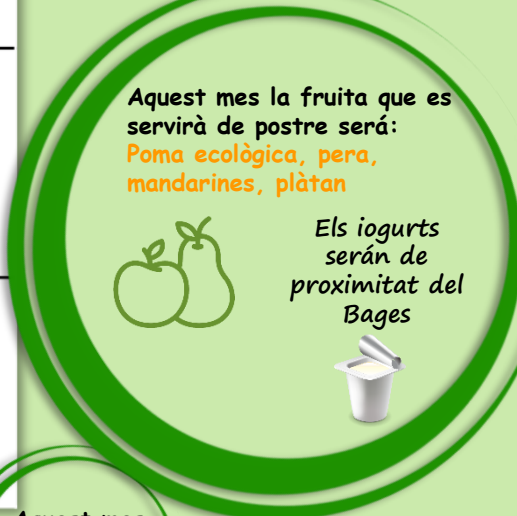


Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques



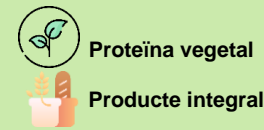
Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: **Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan**

Els iogurts seran de proximitat del Bages





















Aquest mes Jornada gastronòmica italiana!

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies






dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 <b>FESTA</b>	4 Mongeta verda amb patates Contracuixa de pollastre amb espècies <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>	5 Llenties guisades amb verdures Gall d'indi al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica	6 Macarrons amb salsa amb tomàquet <sup>1</sup> Gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita	7 Arròs amb verdures <b>Peix fresc s/mercat<sup>4</sup></b> <b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
10 Sopa de peix amb pasta <sup>1,4</sup> Truita de carbassó <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita 	11 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç amb julivert <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	12 Crema de porro Salsixes amb sanfaina i patates Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	13 Espinacs amb patates Estofat de gall d'indi Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	14 Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
17 Patates estofades amb verdures Hamburguesa de vedella amb verdures i patates Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	18 Espirals s/ou a la carbonara de xampinyons <sup>1,7</sup> Filet de lluç al forn amb salsa <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	19 Sopa de brou d'au amb pasta <sup>1</sup> Gall d'indi al forn <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	20 <b>Col ecològica</b> amb patates Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	21 <b>Menú escollit pels alumnes</b> Macarrons s/ou amb salsa de tomàquet Nuggets de pollastre amb patates fregides <sup>1,6,10</sup> Natilles de xocolata <sup>7</sup> 
24 Crema de pastanaga Pollastre al forn amb llimona <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	25 Arròs 2 delícies <sup>3</sup> (blat de moro, pèsols) Hamburguesa de vedella al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	26 Espaguetis s/ou amb tomàquet <sup>1</sup> Filet de lluç en salsa verde <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	27 Cigrons estofats amb espinacs Gall d'indi al forn <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	28 Crema de <b>carbassa ecològica</b> Estofat de gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita
31 Arròs amb salsa de tomàquet Gall d'indi al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica				

- ✓ Tots els plats són cuinats amb oli d'oliva; per fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir crostons 
- ✓ En les pastes s'ofereix formatge ratllat 
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix pa integral 

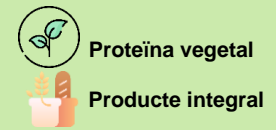
Els nostres menús inclouen llegums, pasta, verdures, i fruites ecològiques 






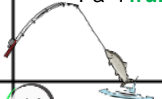










Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: **Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan**




Els iogurts seran de proximitat del Bages 

Aquest mes Jornada gastronòmica italiana!

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 <b>FESTA</b>	4 Mongeta verda amb patates Contracuixa de pollastre amb espècies <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup>	5 Verdura amb patata Truita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica	6 Verdura amb patata Gall d'indi amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita	7 Verdura amb patata <b>Peix fresc s/mercat</b> <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
10 Verdura amb patata Truita de carbassó <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita 	11 Verdura amb patata Filet de lluç amb julivert <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	12 Crema de porro Salsixes amb sanfaina i patates Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	13 Espinacs amb patates Gall d'indi amb verdures <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	14  Verdura amb patata Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 
17 Verdura amb patata Hamburguesa de vedella amb verdures i patates Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	18 Verdura amb patata Filet de lluç al forn <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	19 Verdura amb patata Truita de patata <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	20 <b>Col ecològica</b> amb patates Pollastre al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	21  <b>Menú escollit pels alumnes</b> Verdura amb patata Pollastre al forn amb patata al forn Fruita
24 Crema de pastanaga Pollastre al forn amb llimona <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica 	25 Verdura amb patata Hamburguesa de vedella al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	26 Verdura amb patata Filet de lluç al forn <sup>4</sup> <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti <sup>7</sup> 	27 Verdura amb patata Truita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	28 Crema de <b>carbassa ecològica</b> Gall d'indi al forn amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita
31 Verdura amb patata Truita de patates <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita ecològica				


- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir **crostons** 
- ✓ En les pastes s'ofereix **formatge ratllat** 
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix **pa integral** 

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



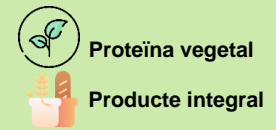
Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:
















**Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan**


Els iogurts seran de proximitat del Bages 

Aquest mes Jornada gastronòmica italiana!

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies




dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 <b>FESTA</b>	4 Mongeta verda amb patates Hamburguesa vegetal al forn <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti de soja	5 Llenties guisades amb verdures Truita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>	6 Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Tofu amb verdures Pa <sup>1</sup> i fruita	7 Arròs amb verdures Seità a la planxa <b>Enciam ecològic</b> i espàrrecs Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> 
10 Sopa vegetal amb pasta <sup>1</sup> Truita de carbassó <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i fruita 	11 Arròs amb salsa de tomàquet Seità a la planxa <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> 	12 Crema de porro Tofu amb sanfaina i patates Pa <sup>1</sup> i lacti de soja 	13 Espinacs amb patates Truita francesa amb verdures <sup>3</sup> Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> 	14 Macarrons amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Hamburguesa vegetal <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 
17 Patates estofades amb verdures Hamburguesa vegetal al forn Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> 	18 Espirals amb salsa de tomàquet <sup>1</sup> Seità amb verdures i patates <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	19 Sopa vegetal amb pasta <sup>1</sup> Truita de patata <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	20 <b>Col ecològica</b> amb patates Tofu al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> 	21  <b>Menú escollit pels alumnes</b> Macarrons amb salsa de tomàquet Seità amb patates fregides <sup>1,6,10</sup> Natilles de xocolata <sup>7</sup>
24 Crema de pastanaga Tofu al forn <b>Enciam ecològic</b> i blat de moro Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b> 	25 Arròs 2 delícies (blat de moro, pèsols) Hamburguesa vegetal al forn <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i fruita 	26 Espaguetis amb tomàquet <sup>1,3</sup> Seità a la planxa <b>Enciam ecològic</b> i pastanga Pa <sup>1</sup> i lacti de soja 	27 Cigrons estofats amb espinacs Truita de verdures <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i tomàquet Pa <sup>1</sup> i fruita 	28 Crema de <b>carbassa ecològica</b> Tofu al forn amb verdures i patata dau Pa <sup>1</sup> i fruita
31 Arròs amb salsa de tomàquet Truita de patates <sup>3</sup> <b>Enciam ecològic</b> i olives Pa <sup>1</sup> i <b>fruita ecològica</b>				

- ✓ Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic.
- ✓ En les cremes tenen l'opció d'afegir **crostons** 
- ✓ En les pastes s'ofereix **formatge ratllat** 
- ✓ Dos cops a la setmana es serveix **pa integral** 

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

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà: **Poma ecològica, pera, mandarines, plàtan**

Els iogurts seran de proximitat del Bages 

Aquest mes Jornada gastronòmica italiana!

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies

