

MENÚ SENSE PORC



Desembre 21 - Menjador AMPA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1 Amanida amb poma, magrana, fruits secs, corn de cérvol i flor de ravenissa. Mongeta de Castellfollit amb verdures logurt	2 Sopa de pollastre amb fideus Filet de llobarro al forn amb llit de patates i ceba i amanida 4 Taronja ecològica	3 Amanida amb lletsó, poma, pastanaga, llavors de carbassa, formatge i tonyina. Macarrons amb verdures Poma
6	7	8	9 Amanida amb poma, formatge i fruits secs Llenties amb carbassa i salmó Poma ecològica	10 Crema de porros Fideuà amb alloli + 3 Mandarina ecològica
13 Amanida de col, api, pastanaga, nous i panses Marmitako Taronja ecològica	14 Sopa de peix Tallarines a la carbonara Mandarina ecològica	15 Trinxat Pit de pollastre a la planxa amb saltat d'espínacs, panses i ametlla granet Pera ecològica	16 Amanida amb alvocat, ceba tendra, pastanaga i fulles de rosella Pizza de gall d'indi i verdures Plàtan	17 Amanida de patata refredada amb oxalis, raves germinats, olives i cogombrets i ceba tendra Fesols amb sípia Flam
20 Coliflor gratinada Truita d'hortalisses i patata refredada amb amanida variada	21 Crema de verdures i borraïnes Gallineta al forn amb el 8 Poma ecològica	22 Sopa de galets Rostit de pollastre i amanida verda Neules i torrons	23	24
27	28	29	30	31

Activitats	Grup de P3, P4 i P5	Grup de 1r i 2n	Grup de 3r i 4t	Grup de 5é i 6é
Set. del 1 al 4	Manualitat de Nadal	Juguem al mocador	Pols de Fada	Pitxi al pati
Set. del 9 al 11	Cantem Nadales	Pintem al pati	Gorritos de Llana	Jocs de pilota al pati
Set. del 14 al 18	Caguem el tió	Jocs esportius	Postal de Nadal	Taller de Nadal

*AMANIDES D'ACOMPANYAMENT: 1- Enciam, formatge, pipes de carbassa i poma, 2 - Enciam, tomàquet i olives sevillanes, 3 - Enciam, pastanaga i colirave ratllats, 4 - Enciam, tomàquet, alvocat, 5 - Enciam, pastanaga ratllada i olives, 6 - Enciam, pastanaga i magrana 7.- Bròquil al vapor 8.- Bastonets de carbassa i remolatxa al forn amb espècies

Els al·lèrgens alimentaris



Menjador AFA Ramon Castelltort

Dimecres 1: fruits secs, traces soja i gluten

Dijous 2: api, gluten, peix

Divendres 3: peix, lactosa, gluten

Dijous 9: peix

Divendres 10: gluten, api, peix, mol·luscs, ous

Dilluns 13: api, nous, peix, mol·luscs

Dimarts 14: gluten, api, nous, ous

Dimecres 15: fruits secs

Dijous 16: gluten, làctics

Divendres 17: làctics, fruits secs, mol·luscs

Dilluns 20: gluten, làctics, ous

Dimarts 21: gluten, peix

Dimecres 22: gluten, api, fruits secs

Nota: La cuina es reserva el dret a modificar els menús si, per causa aliena a la seva voluntat, convingués

“Les al·lèrgies i intoleràncies alimentàries són reaccions adverses als aliments, atribuïbles a la ingesta, el contacte o la inhalació d’un aliment, o algun dels seus components.

Per a les persones afectades, l’única manera d’evitar aquestes reaccions és no consumir els aliments que les causen.”

Per tal d’assegurar que en l’alimentació de l’infant no s’inclou cap aliment, és aconsellable una coordinació estreta amb la família, que disposa de la informació necessària relativa als productes.

Si teniu algun dubte o consulta, us atndrem a la secretaria de l’Ampa de l’escola de dilluns a divendres de 9:00 a 9:30h i també els dilluns de 17h a 18h.

Si no us és possible venir sempre podeu enviar un email a amparc@amparc.cat o bé trucar al 93 803 02 12.