

MENÚ SENSE FRUITS SECS



Gener 2022 - Menjador AMPA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
10 Crema de carbassa amb crostons Aletes adobades amb amanida 3 Plàtan	11 Amanida de lleties amb hortalisses, olives i vinagreta de flor de ravenissa. Truita de patata i moniato amb pa amb tomàquet Taronja ecològica	12 Amanida d'enciam, mongeta fina, pernil saltat Fideuà amb calamars i allioli logurt	13 Sopa de pistons Lluç amb arròs saltat i verdures Poma ecològica	14 Amanida de poma, taronja, pastanaga, fulla de rosella Cigrans amb coliflor i espinacs, arròs integral i curri Mandarina ecològica
17 Amanida amb pastanaga, ceba tendra, ou dur, olives i tonyina Arròs a la milanesa Poma ecològica	18 Crema de remolatxa i carbassa amb crostons Pizza de verdures i botifarra Flam	19 Amanida amb llegum, ceba tendra, pastanaga i olives Trinxat de la Cerdanya amb rosta Taronja ecològica	20 Amanida amb poma, pastanaga i formatge de cabra Mongetes de Castellfollit del Boix amb sípia i calamar Mandarina ecològica	21 Sopa de peix amb arròs Pollastre rostit amb mostassa Plàtan
24 Amanida de poma, taronja, pastanaga i formatge fresc Rissotto de bolets Poma ecològica	25 Patata i mongeta Hamburguesa amb amanida 1 Mató amb taronja ecològica i mel	26 Amanida amb pastanaga, tomàquet, ceba tendra i olives Patates estofades amb popets Plàtan	27 Crema de porros amb crostons Lleties estofades amb salmó i verdures i aromatitzades amb sàlvia Pera	28 Amanida amb poma, taronja, pastanaga i formatge d'ovella Cuscus amb cigronet i verdures Mandarina ecològica
31 Crema de carbassó Patates estofades amb bacallà Taronja ecològica				

Activitats	Grup de P3, P4 i P5	Grup de 1r i 2n	Grup de 3r i 4t	Grup de 5é i 6é
Set. del 10 al 14	Jocs al gimnàs	Juguem al mocador	Jocs Actius	Jocs al pati
Set. del 17 al 21	Balls i cançons	Pintem al pati	Pel.lícula	Jocs al gimnàs
Set. del 24 al 28	Jocs dirigits al pati	Jocs esportius	Taller de dibuix	Taller d'Hivern

*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.- Broquil al vapor 8.- Bastonets de carbassa i remolatxa al forn amb espècies

Els al·lèrgens alimentaris



Menjador AFA Ramon Castelltort

Dilluns 10: gluten, mostassa, sèsam

Dimarts 11: ou, gluten

Dimecres 12: api, peix, mol·lusc, ou, làctic

Dijous 13: gluten, api, peix

Divendres 14:

Dilluns 17: ou, peix, làctic

Dimarts 18: gluten, làctic

Dimecres 19:

Dijous 20: làctic, peix, mol·lusc

Divendres 21: api, peix, marisc, mostassa

Dilluns 24: làctic, api

Dimarts 25: làctic

Dimecres 26: peix, marisc, mol·lusc, api

Dijous 27: gluten, peix

Divendres 28: gluten, làctic, api

Dilluns 31: peix

Menjador AFA Ramon Castelltort

“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 atendrem 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.

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