

# MENÚ LÀCTICS



## 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 i fruits secs Fideuà amb calamars i allioli  Postres de soja	13 Sopa de pistons Lluç amb arròs saltat i verdures Poma ecològica	14 Amanida de poma, taronja, pastanaga, fulla de rosella i fruits secs Cigrons amb coliflor i espinacs, arròs integral i curri Mandarina ecològica
17 Amanida amb pastanaga, ceba tendra, ou dur, olives i tonyina Arròs amb tomàquet i pèsols 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, fruits secs 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 Arròs amb bolets Poma ecològica	25 Patata i mongeta Hamburguesa amb amanida 1 sense formatge 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 Cuscús 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.- Bròquil 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:** fruits secs, api, peix, mol·lusc, ou

**Dijous 13:** gluten, api, peix

**Divendres 14:** fruits secs

**Dilluns 17:** ou, peix

**Dimarts 18:** gluten

**Dimecres 19:**

**Dijous 20:** fruits secs, peix, mol·lusc

**Divendres 21:** api, peix, marisc, mostassa

**Dilluns 24:** api

**Dimarts 25:**

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

**Dijous 27:** gluten, peix

**Divendres 28:** gluten, 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](mailto: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