

# MENÚ SENSE FRUITS SECS



Abril 2024 - Menjador AMPA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3 Crema de porros Pit de pollastre amb arròs saltat amb verdures Poma ecològica	4 Amanida amb pastanaga, ceba tendra, raves, olives Macarrons amb xampinyons, botifarra i formatge Pera ecològica	5 Sopa amb fideus Truita d'espinaç i seques amb pa amb tomàquet Plàtan
8 Amanida amb cuscullera, pastanaga, formatge de cabra i maduixes Llenties amb verdures i tonyina Taronja ecològica	9 Crema de verdures amb crostons s. F. secs Llobarro amb fideus asiàtics i salsa yakisoba Plàtan	10 Amanida amb cigronet, fulles de mostassa, flors silvestres i fruites de temporada Arròs amb cananes i pèsols logurt natural	11 Sopa de peix amb arròs Truita de patates amb amanida 3 Poma ecològica	12 Amanida verda de brots amb fruita de primavera i vinagreta de fonoll i mel Fideus a la cassola amb aletes de pollastre Pera ecològica
15 Amanida amb fesols, rúcula silvestre, rave, pastanaga, olives Ous remenats amb ceba i xampinyons i pa amb oli Pera ecològica	16 Amanida amb ceba tendra, fulla de mostassa, tomàquet i vinagreta d'encurtits Arròs amb verdures i alls tendres Taronja ecològica	17 Amanida waldorf Cigronet de l'Alta Anoia amb costella de porc i xoriço Poma ecològica	18 Crema de pastanaga, moniato amb crostons s. f. secs Peix al forn amb arròs saltat amb verdures, llenties i gingebre Mato de cal Vicenç amb mel	19 Amanida amb lletsó, pastanaga, ceba tendra i olives Espaguetis a la napolitana de remolatxa Maduixes
22 Amanida amb poma, taronja codonyat i formatge de cabra Llenties amb daus de salmó Plàtan	23 Amanida alemanya de patata Seitons fregits acompanyats amb verdures i carbassa logurt natural	24 Amanida amb canonges, pastanaga fulla de mostassa, raves i salsa de logurt Macarrons amb verdures i xampinyons a la crema Poma ecològica	25 Amanida de cigronet, pastanaga, fulla de mostassa, cogombrets i olives Hamburguesa de vedella ecològica de Can Mabres amb patates al forn Taraonja ecològica	26 Crema de pastanaga i remolatxa Arròs amb pollastre i verdures de temporada Pera ecològica
29 Sopa de lletres Truita de patates i ceba pa amb tomàquet Poma ecològica	30 Amanida amb llegum, escalivada i olives vinagreta de ravenissa Maires amb verdures i patates rostides Cireres (segons preu)			

\*El pa que es serveix al menjador és tot integral // Tots els plats de pasta s'oferirà formatge ratllat, en cas de les dietes sense làctics serà "formatge vegà"

\*AMANIDES D'ACOMPANYAMENT: 1- Enciam, formatge i poma, 2 - Enciam, pastanaga, aranyons dessecats 3 - Enciam, pastanaga ratllada i poma, 4 - Enciam, codonyat i poma formatge fresc de cabra 5 -Enciam, tomàquet pastanaga ratllada i olives , 6 - Enciam, pastanaga i raves. **Totes aquestes amanides poden portar herbes silvestres**

- Herbes silvestres oblidades
- Peix de llotges catalanes)

# Els al·lèrgens alimentaris



## Menjador AFA Ramon Castelltort

**Dimecres 3:** api

**Dijous 4:** sulfits, gluten, làctic

**Divendres 5:** api, gluten, ou,

**Dilluns 8:** làctic, peix, gluten

**Dimarts 9:** gluten, peix, soja, sulfits

**Dimecres 10:** mostassa, peix, mol·lusc, marisc, làctic

**Dijous 11:** peix, mol·lusc, marisc, ou

**Divendres 12:** gluten, sulfits, peix

**Dilluns 15:** sulfits, ou, gluten

**Dimarts 16:** mostassa, sulfits, api,

**Dimecres 17:** ou, mostassa, peix, api

**Dijous 18:** gluten, peix, api, làctic

**Divendres 19:** sulfits, gluten, làctic

**Dilluns 22:** làctic, peix

**Dimarts 23:** sulfits, ou, mostassa, peix, gluten, làctic

**Dimecres 24:** mostassa, làctic, gluten,

**Dijous 25:** sulfits, mostassa,

**Divendres 26:** api, gluten

**Dilluns 29:** api, gluten, ou

**Dimarts 30:** sulfits, peix, gluten

**“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.