

# MENÚ SENSE FRUITS SECS



Juny 2024 - Menjador AFA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 Amanida amb corn de cérvol, pastanaga, ceba tendra i maduixes Fesols saltats amb verdures i cansalada Poma	4 Amanida d'enciam, rúcula, amb fruites de temporada, tomàquets i vinagreta de ravenissa Arròs negre amb calamars i cananes Préssec	5 Crema freda de llegum amb oli d'alfàbrega Pollastre rostit amb mostassa i amanida 6 Cireres	6 Amanida alemanya Peix amb verdures de primavera i arròs logurt	7 Amanida cigrons amb rúcula, pastanaga, tonyina, ceba tendra i olives Truita de patates i verdures amb pa amb tomàquet Síndria
10 Amanida de lleties amb tomàquet, tonyina, olives, pebrot i vinagreta d'encurtits Maires fregides amb patata i bleda silvestre gratinada Pruna	11 Amanida amb corn de cérvol, pastanaga, ravenets, ceba tendra i tonyina Tallarines amb pollastre i verdures Meló	12 Amanida amb rúcula, maduixes i vinagreta de mostassa Rissotto de verdures i fesols Gelat	13 Crema freda de verdures Aletes de pollastre amb amanida i vinagreta d'encurtits Préssec	14 Amanida d'arròs, tomàquet ceba tendra, pebrot escalivat i olives Cigronet de l'Anoia saltat amb verdures Síndria
17 Meló amb pernil Pit de pollastre planxa amb mongetes saltades amb all i julivert Pruna	18 Amanida d'estiu amb cogombre, tomàquet, i olives negres Peix amb llit de patata i carbassó Síndria	19 Ensaladeta amb pebrot escalivat, olives i tonyina Llentia estofada amb verdures variades Nespres	20 Amanida amb tomàquet cirerol, ceba tendra formatge de cabra, i olives Paella amb sípia Fruita	21 Amanida de fi de curs Macarrons de festa major Gelats

\*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, fruits secs i poma, 2 - Enciam, pastanaga, aranyons dessecats 3 - Enciam, pastanaga ratllada i fruits secs 4 - Enciam, pastanaga i poma formatge fresc de cabra 5 - Enciam, tomàquet pastanaga ratllada i olives, 6 - Enciam, maduixes i raves. **Totes aquestes amanides poden portar herbes silvestres**

**Herbes silvestres oblidades**

**Peix de llotges catalanes)**

# Els al·lèrgens alimentaris

## Menjador AFA Ramon Castelltort

**Dilluns 3:** sulfits

**Dimarts 4:** fruits secs, sulfits, peix, mol·lusc, marisc, api

**Dimecres 5:** sulfits, mostassa

**Dijous 6:** ou, sulfits, peix, làctic

**Divendres 7:** peix, sulfits ou, gluten

**Dilluns 10:** sulfits, peix, gluten làctic

**Dimarts 11:** peix, gluten

**Dimecres 12:** làctic, sulfits, ou

**Dijous13 :** sulfits

**Divendre14:** sulfits,

**Dilluns 17:** sulfits,

**Dimarts 18:** peix

**Dimecres 19:** ou, sulfits, peix

**Dijous 20:** làctic, sulfits peix, marisc mol·lusc

**Divendres 21:** sulfits, ou, api, gluten, làctic



**“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.