

Juny 2025 - Menjador AFA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2 Amanida amb corn de cérvol, pastanaga, ceba tendra i maduixes Fesols saltats amb verdures i arròs integral Poma	3 Amanida d'enciam, rúcula, amb fruites de temporada, llavors de carbassa, tomàquets i vinagreta de ravenissa Arròs amb verdures i cigrons Préssec	4 Crema freda de llegum i carbassó amb oli d'alfàbrega Seitan macerat amb mostassa i amanida 6 Cireres	5 Amanida alemanya salsitxes de soja Felàfels amb verdures de primavera i arròs Crema vegetal o fruita	6 Amanida cigrons amb rúcula, pastanaga, poma, ceba tendra i olives Truita de farina de cigrons amb patates i verdures amb pa amb tomàquet Meló
9 Amanida de lleties amb tomàquet, ceba tendra, olives, pebrot i vinagreta d'encurtits Hamburguesa de cigrons fregides amb trinxat patata i bleda silvestre Crema vegetal o fruita	10 Amanida amb corn de cérvol, pastanaga, ravenets, tomàquet cirerol i ceba tendra Tallarines a la carbonara de verdures Meló	11 Amanida amb rúcula, maduixes, ceba tendra i vinagreta de mostassa Rissotto de verdures i fesols Pruna	12 Crema freda de verdures Seitan macerat amb amanida 4 i vinagreta d'encurtits Préssec	13 Amanida d'arròs, tomàquet ceba tendra, pebrot escalivat i olives Cigronet de l'Anoia saltat amb verdures Síndria
16 Meló amb formatge vegà Salsitxes de soja planxa amb mongetes saltades amb all i julivert Pruna	17 Ensaladeta amb pebrot escalivat i olives Seitan macerat amb llit de ceba, pebrot i carbassó Síndria	18 DINAR DE 6è Amanida d'estiu amb cogombre, tomàquet, i olives Llentia saltades amb verdures variades Nespres	19 Amanida amb tomàquet cirerol, ceba tendra, pastanaga, i olives Paella amb verdures i lletiers Fruita	20 Amanida de fi de curs Macarrons de festa major amb verdures Gelat vegà

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

*AMANIDES D'ACOMPANYAMENT: 1- Enciam, ceba tendra, maduixa 2 - Enciam, pastanaga, fruits secs 3 - Enciam, pastanaga i síndria 4 - Enciam, tomàquet i pruna 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 2: sulfits

Dimarts 3: fruits secs, sulfits, api

Dimecres 4: sulfits, mostassa

Dijous 5: sulfits, mostassa

Divendres 6: sulfits, gluten

Dilluns 9: sulfits

Dimarts 10: sulfits, gluten

Dimecres 11: sulfits

Dijous 12 : sulfits

Divendres 13: sulfits

Dilluns 16: sulfits

Dimarts 17: sulfits

Dimecres 18: sulfits

Dijous 20: sulfits, api

Divendres 21: sulfits, api, 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 o bé trucar al 93 803 02 12.