

MENÚ SENSE LÀCTIC



Novembre 2025 - Menjador AMPA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 Amanida amb arròs integral, nabius dessecats, nous i magrana Mongetes amb cansalada i botifarra Poma ecològica	4 Sopa amb galets i cigronet Llobarro amb ceba patates i moniato Plàtan	5 Amanida amb, pastanaga, taronja, fruits secs i ceba tendra Arròs negre Pera ecològica	6 Crema de carbassa i remolatxa i crostons Trita de patates i espinacs amb pa amb tomàquet Mandarina ecològica	7 Amanida amb poma, magrana, raves amb vinagreta de mostassa Tallarines amb verdures Crema vegetal o fruita
10 Crema de verdures i fesols amb ou dur Seitons amb saltat d'arròs i verdures Taronja ecològica	11 Bròquil amb patates i beixamel de coliflor Pollastre rostit amb ceba i pebrot Pera ecològica	12 Amanida amb pastanaga, poma, i magrana i taronja Fideuà amb allioli Mandarina ecològica	13 Amanida amb enciam, tonyina ,letsó, pebrot escalivat i olives Cigronet a la catalana Plàtan	14 Amanida amb ceba , pastanaga, raves i olives Trita de patates i blets amb pa amb tomàquet Crema de xocolata vegetal
17 Amanida poma, taronja, ceba tendra i fruits secs Espaguetis a la napolitana de remolatxa Poma ecològica	18 Amanida amb pastanaga, poma, i magrana Arròs de verdures, fesols i bolets. Taronja ecològica	19 Sopa de peix amb arròs Pit de pollastre amb amanida 3 Pera ecològica	20 Crema de verdures i blets amb ou dur Maires amb patata i moniato rostit Crema vegetal o fruita	21 Amanida amb rúcula, carbassa, poma i nous Llenties amb verdures Mandarina ecològica
24 Sopa de fideus i fesols Trita de patates, ceba i letsó Plàtan	25 Amanida amb pastanaga, raves, ceba tendra i olives Cigronets amb carn magre de porc Crema vegetal o fruita	26 Amanida amb rúcula silvestre, verdures saltades i vinagreta e mostassa Patates estofades amb cananes Mandarina ecològica	27 Crema de carbassa i moniato Llobarro amb patata i ceba Poma	28 Amanida pastanaga, corn de cérvol, fesols, raves, ceba tendra olives Fideus a la cassola amb verdures Plàtan

*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 o veganes serà "formatge vegà"

*AMANIDES D'ACOMPANYAMENT: 1- Enciam, fruits secs i poma, 2 - Enciam, pastanaga, aranyons dessecats 3 - Enciam, pastanaga ratllada i fruits secs, 4 - Enciam, magrana i nous 5 –Enciam, tomàquet pastanaga ratllada i olives , 6 - Enciam, pastanaga i magrana. Totes aquestes amanides poden portar herbes silvestres

Herbes silvestres oblidades

Peix de llotges catalanes

Els al·lèrgens alimentaris



Menjador AFA Ramon Castelltort

Dilluns 3: fruits secs, cacauets, sulfits

Dimarts 4: gluten, sulfits, peix

Dimecres 5: fruits secs, ou, mol·lusc, peix, marisc

Dijous 6: gluten, ou

Divendres 7: sulfits, mostassa, gluten

Dilluns 10: ou, peix

Dimarts 11: ou

Dimecres 12: fruits secs, cacauets, mol·lusc, peix, crustaci, api, gluten, ou

Dijous 13: peix, sulfits, ou

Divendres 14: sulfits, ou, gluten, fruits secs, cacauets

Dilluns 17: fruits secs, cacauets, gluten, sulfits, ou

Dimarts 18: ou, sulfits

Dimecres 19: api

Dijous 20: ou, peix

Divendres 21: ou, fruits secs, cacauet, sulfits

Dilluns 24: api, gluten, ou

Dimarts 25: ou, sulfits

Dimecres 26: mostassa, sulfits, mol·lusc, peix, crustaci, api

Dijous 27: peix

Divendres 29: sulfits, gluten, api

“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.