

MENÚ SENSE OU



Desembre 2025 - Menjador AFA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1 Amanida de rúcula silvestre, poma, taronja, codonyat i formatge Mongetes del ganxet de Cal Serralet amb verdures i cloïsses logurt d'Ecomeracadaret	2 Sopa de fideus i arròs Truita de farina de cigrons amb patates i amanida 4 Taronja ecològica	3 Amanida amb pastanaga, raves, ceba tendra i olives Tallarines a la bolonyesa vegetal Poma ecològica	4 Amanida amb cigrons, corn de cérvol, rabes, poma, pastanaga i nous Hamburguesa a la pizarola amb patates i moniato Plàtan	5
8	9 Amanida amb fulla de mostassa, pastanaga, taronja, codonyat i formatge tendre de cabra Llenties amb verdures i arròs Pera ecològica	10 Amanida Waldorf sense maonesa amb corn de cérvol Arròs de muntanya amb bolets logurt d'Ecomeracadaret	11 Amanida amb pastanaga, raves, ceba dolça, tonyina i olives Lasanya de carn, llegum i verdures Poma ecològica	12 Crema de porros amb crostons Llobarro amb fesols saltats amb espinacs, all i julivert Mandarina ecològica
15 Amanida de cigronets de l'A.A. amb poma, pastanaga, nous, i raves Truita de farina de cigrons amb hortalisses i pa amb tomàquet Taronja ecològica	16 Patata i mongeta Pizza amb verdures d'hivern i botifarra del perol Poma ecològica	17 Amanida amb ceba tendra, pastanaga, rúcula silvestre, raves i olives Arròs amb cananes i verdures Mandarina ecològica	18 Crema de verdures amb crostons Llobarro amb fideus asiàtics saltats amb verdures Fruita	19 Sopa de galets i pilotilles Pollastre rostit amb patates logurt
22	23	24	25	26
29	30	31		

*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, fruits secs i poma, 2 - Enciam, pastanaga, poma 3 - Enciam, pastanaga ratllada i fruits secs, 4 - Enciam, raves i poma 5- Enciam, pastanaga ratllada i olives , 6 - Enciam, pastanaga, poma i nous Totes aquestes amanides poden portar herbes silvestres

- Herbes silvestres oblidades

- Peix de llotges catalanes (Palamós, Arenys de Mar)

Els al·lèrgens alimentaris



Menjador AFA Ramon Castelltort

Dilluns 1: làctic, sulfits, mol·lusc

Dimarts 2: sulfits, api, gluten

Dimecres 3: sulfits, api, gluten, làctics

Dijous 4: fruits secs, sulfits, làctic

Dimarts 9: mostassa, làctic

Dimecres 10: peix, gluten, api, làctic

Dijous 11: peix, sulfits làctic, gluten, api

Divendres 12: gluten, peix

Dilluns 15: Sulfits, fruits secs, gluten

Dimarts 16: gluten, sulfits, lactosa

Dimecres 17: sulfits, mol·lusc, peix, marisc

Dijous 18: gluten, peix, sulfits, api, soja

Divendres 19: api, sulfits, 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 o bé trucar al 93 803 02 12.