

MENÚ SENSE FRUITS SECS



Gener 2026 - Menjador AFA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
			1	2
5	6	7	8 Amanida amb arròs, poma, taronja, pastanaga, fulla de mostassa i codonyat Cigronet de l'Alta Anoia amb verdures i espinacs Mandarina ecològica	9 Amanida amb taronja, raves, pastanaga i colirave Fideuà amb cananes, sípia i allíoli Poma ecològica
12 Amanida amb poma, pastanaga, flor de calèndula i formatge d'ovella Macarrons a la putanesca Taronja ecològica	13 Amanida amb pastanaga, ruca silvestre, ceba tendra, pastanaga i olives Mongetes del ganxet de Cal Serrallet saltades amb cananes Iogurt d'Ecomercadaret	14 Amanida amb pastanaga, llenties, ceba tendra, ou dur, tonyina i olives Arròs a la milanesa Poma ecològica	15 Crema de pastanaga i carbassa amb crostons Pizza de verdures i formatge blau Mandarina ecològica	16 Sopa de peix amb arròs Pollastre rostit amb mostassa Plàtan
19 Amanida de poma, pastanaga, flor de ravenissa i formatge Rissotto de bolets Pera ecològica	20 Crema d'espinacs amb crostons Seitons fregits i fesols saltats amb all i julivert Taronja ecològica	21 Amanida amb arròs pastanaga, raves, ceba tendra i olives Cassola de tros amb costelles, botifarra i espinacs Plàtan	22 Amanida amb taronja, corn de cérvol, pastanaga i formatge d'ovella Llenties amb cloïsses, sípia i verdures Iogurt d'Ecomercadaret	23 Amanida amb pastanaga, colrave, germinat de remolatxa i ceba tendra Cuscús amb cigronet i verdures Mandarina ecològica
26 Crema de porros amb crostons Aletes adobades amb amanida 3 Plàtan	27 Amanida amb llenties, pastanaga, raves i olives Macarrons a la carbonara Mandarina ecològica	28 Amanida amb lletsons, ceba tendra, taronja, pastanaga i magrana Arròs de conill, verdures i cigrons Crema de xocolata	29 Sopa de pistons Llobarro amb saltat de fesols amb verdures Poma ecològica	30 Amanida de fesols amb hortalisses, olives i vinagreta de flor de ravenissa Trita de patata i moniato amb pa amb tomàquet Taronja ecològica

*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, codonyat i poma, 2 - Enciam, pastanaga, poma 3 - Enciam, pastanaga ratllada i poma, 4 - Enciam, raves i poma 5- Enciam, pastanaga ratllada i olives , 6 - Enciam, pastanaga, poma i taronja **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

Dijous 8: mostassa, api

Divendres 9: sulfits, gluten, peix, mol·lusc, marisc, ou, làctic

Dilluns 12: gluten, làctic, sulfits

Dimarts 13: sulfits, mol·lusc, làctic

Dimecres 14: ou, peix, sulfits, api

Dijous 15: gluten, làctic

Divendres 16: peix, marisc, mol·lusc, api, mostassa

Dilluns 19: làctic, api

Dimarts 20: gluten, peix

Dimecres 21: sulfits, api

Dijous 22: làctic, mol·lusc

Divendres 23: gluten, api

Dilluns 26: gluten, sulfits

Dimarts 27: sulfits, gluten, làctic

Dimecres 28: api, làctic, ou

Dijous 29: sulfits, gluten, api, peix

Divendres 30 : sulfits, ou, 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.