

MENÚ SENSE OU



Abril 2026 - Menjador AMPA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
6	7	8 Crema de porros Pit de pollastre amb patates i verdures al forn Plàtan	9 Sopa de peix amb arròs Truita de farina de cigrons amb patates amb amanida 3 Poma ecològica	10 Amanida verda amb fruita de primavera i vinagreta de fonoll i mel Tallarines amb verdures, xampinyons i formatge Pera ecològica
13 Amanida amb rúcula silvestre, pastanaga, formatge de cabra i maduixes Llenties amb verdures i arròs Plàtan	14 Sopa amb fideus Truita d'espínacs i seques amb pa amb tomàquet Pera ecològica	15 Amanida amb cigronet, fulles de mostassa, flors silvestres i fruites de temporada Arròs amb cananes i pèsols logurt d'Ecomercaderet	16 Crema de verdures i llegum amb crostons Llobarro amb fideus d'arròs, verdures i salsa yakisoba Maduixes	17 Amanida amb pastanaga, ceba tendra, tonyina, raves, olives Espaguetis a la putanesca Poma ecològica
20 Patata i mongeta Saltat de verdures i llegum amb ceba, gambes i xampinyons Plàtan	21 Amanida de pasta amb canonges, pastanaga, olives i salsa Cèsar Llobarro amb verdures de temporada saltades Maduixes	22 Amanida amb llegum, pastanaga, fulla de mostassa, tonyina, cogombrets i olives Cigronet de l'A. A. amb sípia i verdures Poma ecològica	23 Crema de pastanaga i remolatxa Pit de pollastre la planxa amb verdures saltades logurt d'Ecomercaderet	24 Amanida amb, pastanaga, raves, olives i amanida d'envinagrats i mostassa Arròs amb verdures de temporada Pera ecològica
27 Amanida amb llegum, escalivada i olives i vinagreta de ravenissa Maires amb verdures i patates rostides logurt d'Ecomercaderet	28 Amanida amb lletsó, pastanaga, tonyina, ceba tendra i olives Espaguetis a la carbonara Poma ecològica	29 Sopa de pasta Truita de farina de cigrons amb patates i ceba pa amb tomàquet Maduixes	30	

*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, maduixa 3 - Enciam, pastanaga ratllada i fruits secs, 4 - Enciam, codonyat i poma formatge fresc de cabra 5 –Enciam, tomàquet pastanaga ratllada i olives , 6 - Enciam, pastanaga i raves. **Totes aquestes amanides poden portar herbes silvestres**

Herbes silvestres oblidades
Peix de llotges catalanes)

Els al·lèrgens alimentaris



Menjador AFA Ramon Castelltort

Dimecres 8: -----

Dijous 9: peix, mol·lusc, crustaci, api, fruits secs

Divendres 10: sulfits, gluten, api, làctic

Dilluns 13: sulfits, làctic, api

Dimarts 14: gluten, api

Dimecres 15: mostassa, peix, mol·lusc, crustaci, api, làctic

Dijous 16: peix, sulfits, soja

Divendres 17: sulfits, làctic, peix

Dilluns 20: crustaci

Dimarts 21: sulfits, làctic, mostassa, gluten, peix

Dimecres 22: mostassa, peix, sulfits, mol·lusc

Dijous 23: làctic

Divendres 25: sulfits, mostassa, api

Dilluns 27: sulfits, peix, làctic

Dimarts 28: peix, sulfits, gluten, làctic

Dimecres 29: 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.