

# MENÚ SENSE FRUITS SECS



Maig 2026 - Menjador AFA Ramon Castellort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
				1
4 Amanida amb rúcula silvestre, pastanaga, raves, tonyina Macarrons a la napolitana de remolatxa Poma ecològica	5 Sopa de pasta Truita de patates, fesols i botifarra amb pa amb tomàquet Plàtan	6 Amanida amb canonges, pastanaga, ou dur i olives Paella amb sípia i cananes Pera ecològica	7 Amanida de lenties i arròs amb enciam, rúcula silvestre, pastanaga i ceba tendra Llobarro amb patates panadera Maduixes	8 Patata amb espinacs gratinats Aletes de pollastre adobades amb amanida 4 logurt d'Ecomercaderet
11 Crema freda de verdures amb crostons Cigrons a la catalana Maduixes	12 Amanida amb raves, ceba tendra, germinats de remolatxa i olives Arròs negre Pera ecològica	13 Amanida amb rúcula, ceba tendra, pastanaga, flor de malva i olives Pizza amb ceba, espinacs i botifarra logurt d'Ecomercaderet	14 Sopa de peix amb fideus i arròs Truita de patates i ortigues amb amanida 2 Poma	15 Poti-poti de patata, ceba i pebrot escalivats, tonyina i olives Seitons amb verdures al forn Plàtan
18 Empedrat de fesols amb olives i tonyina Truita patates i verdures amb pa amb tomàquet Plàtan	19 Amanida amb pastanaga, tomàquet, olives, flor de malva i formatge Fideuà amb cananes i alloli Maduixes	20 Amanida d'arròs amb ceba tendra, rúcula silvestre i fruita de temporada Hamburguesa de Can Mabres a la pizarolla amb patata rostida Poma	21 Crema de porros amb crostons Maires amb verdures i bolets saltats Crema de xocolata	22 Amanida amb enciam, oxalis, ou dur, tomàquet i olives Lenties amb verdures de temporada Pera ecològica
25	26 Amanida amb fulla de mostassa, pastanaga, poma Macarrons de la iaia Maduixes	27 Amanida amb oxalis, pastanaga, ceba tendra i maduixes Arròs de muntanya amb faves logurt d'Ecomercaderet	28 Amanida amb pastanaga, ceba tendra, rúcula silvestre i maduixots Cigronet saltat amb cananes i sípia Cireres	29 Crema d'espinacs amb crostons Ous remenats amb verdures i alls tendres i pa amb oli Poma 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, formatge i poma, 2 - Enciam, pastanaga i maduixa 3 - Enciam, pastanaga ratllada i olives 4 - Enciam, pastanaga, poma i formatge de cabra 5 –Enciam, tomàquet pastanaga ratllada i olives . Totes aquestes amanides poden portar herbes silvestres

• Herbes silvestres oblidades  
• Peix de llotges catalanes)

# Els al·lèrgens alimentaris



## Menjador AFA Ramon Castelltort

**Dilluns 4:** peix, gluten, sulfits, làctic  
**Dimarts 5:** api, gluten, ou, sulfits  
**Dimecres 6:** ou, sulfits, peix, mol·lusc, marisc, api  
**Dijous 7:** sulfits, peix  
**Divendres 8:** làctic, ou, sulfits  
**Dilluns 11:** gluten, ou, sulfits  
**Dimarts 12:** sulfits, peix, mol·lusc, marisc, api  
**Dimecres 13:** làctic, sulfits, gluten  
**Dijous 14:** peix, mol·lusc, crustaci, làctic, gluten  
**Divendres 15:** ou, sulfits, peix, api  
**Dilluns 18:** peix, sulfits, ou, gluten  
**Dimarts 19:** sulfits, làctic, ou, gluten, peix, mol·lusc, crustaci, api  
**Dimecres 20:** sulfits, api, làctic, ou  
**Dijous 21:** gluten, peix, ou, làctic  
**Divendres 22:** ou, sulfits,  
**Dimarts 26:** sulfits, mostassa, peix, làctic, ou  
**Dimecres 27:** api, sulfits, làctic  
**Dijous 28:** sulfits, mol·lusc  
**Divendres 29:** gluten, 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](mailto:amparc@amparc.cat) o bé trucar al 93 803 02 12.