

MENÚ SENSE OU



Maig 2026 - Menjador AFA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
				1
4 Amanida amb rúcula silvestre, pastanaga, raves, tonyina i fruits secs Macarrons a la napolitana de remolatxa Poma ecològica	5 Sopa de pasta Trita de farina de cigrons amb patates, fesols i botifarra amb pa amb tomàquet Plàtan	6 Amanida amb canonges, pastanaga, formatge i olives Paella amb sípia i cananes Pera ecològica	7 Amanida de lleties 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 Trita de patates (farina de cigrons) 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 Trita patates (farina de cigrons) i verdures amb pa amb tomàquet Plàtan	19 Amanida amb pastanaga, tomàquet, olives, flor de malva i formatge Fideuà amb cananes Maduixes	20 Amanida d'arròs amb ceba tendra, rúcula silvestre i fruita de temporada Hamburguesa de Can Mabres a la pizarrolla amb patata rostida Poma	21 Crema de porros amb crostons Maires amb verdures i bolets saltats Crema de xocolata vegetal	22 Amanida amb enciam, oxalis, fruits secs, tomàquet i olives Lleties amb verdures de temporada Pera ecològica
25	26 Amanida amb fulla de mostassa, pastanaga, poma i nous 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 i pipes torrades Trita de farina de cigrons 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 fruits secs 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 notges catalanes)**

Els al·lèrgens alimentaris



Menjador AFA Ramon Castellort

Dilluns 4: peix, fruits secs, gluten, sulfits, làctic

Dimarts 5: api, gluten, sulfits

Dimecres 6: sulfits, peix, mol·lusc, marisc, api

Dijous 7: sulfits, peix

Divendres 8: làctic, sulfits

Dilluns 11: gluten, sulfits

Dimarts 12: sulfits, peix, mol·lusc, marisc, api

Dimecres 13: làctic, sulfits, gluten

Dijous 14: peix, mol·lusc, crustaci, làctic, gluten

Divendres 15: sulfits, peix, api

Dilluns 18: peix, sulfits, gluten

Dimarts 19: sulfits, làctic, gluten, peix, mol·lusc, crustaci, api

Dimecres 20: sulfits, api, làctic,

Dijous 21: gluten, peix, làctic

Divendres 22: sulfits,

Dimarts 26: sulfits, mostassa, fruits secs, cacauet, peix, làctic

Dimecres 27: api, sulfits, làctic

Dijous 28: sulfits, mol·lusc

Divendres 29: fruits secs, cacauet, gluten, 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.

Nota: La cuina es reserva el dret a modificar els menús si, per causa aliena a la seva voluntat, convingués