

MENÚ SENSE FRUITS SECS



Juny 2026 - Menjador AFA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1 Amanida amb endivia, cogombre, pastanaga, ceba tendra i maduixes Fesols saltats amb verdures i cansalada Poma	2 Amanida d'enciams variats, amb fruites de temporada, tomàquets, pastanaga i la seva vinagreta Risotto amb bolets i verdures Maduixes	3 Crema freda de llegum i carbassó amb oli d'alfàbrega Pollastre a la planxa amb amanida 6 Cireres	4 Amanida xató sense fruits secs Llobarro al forn amb verdures d'estiu saltejades Iogurt d'Ecomercaderet	5 Amanida de formatge amb poma, pastanaga, tonyina, ceba tendra i olives Truita de patates i pebrot vermell amb pa integral amb tomàquet Albercoc
8 Amanida de lleties amb tomàquet, olives, pebrot, pastanaga i vinagreta d'encurtits Maires fregides amb dauets de patata i verdura Melo	9 Amanida d'enciams amb tonyina, raves, ceba tendra i cogombre Tallarines a la bolonyesa vegetal Iogurt d'Ecomercaderet	10 Amanida d'enciams d'estiu, ou dur, tomàquet, i vinagreta de mel Arròs amb sípia i cananes Pruna	11 Crema freda de verdures de temporada Aletes de pollastre amb amanida 5 i vinagreta d'encurtits Préssec	12 Amanida d'arròs integral amb enciams, tomàquet, ceba tendra, pastanaga i vinagreta d'olives negres Cigronet de l'Anoia saltat amb verdures Síndria
15 Gaspatxo de tomàquet i síndria amb oli d'oliva verge i crostons Pit de pollastre planxa amb mongetes saltades amb all i julivert Pruna	16 Ensaladeta amb patata, cogombre, tomàquet, olives i pastanaga Peix amb llit de ceba, pebrot i carbassó Síndria	17 DINAR DE 6è Amanida amb tonyina, tomàquet, ou dur i poma Lleties saltades amb verdures variades Fruita d'estiu	18 Amanida d'enciams variats, pastanaga, fruita de temporada i cogombre Paella mixta Fruita d'estiu	19 Amanida de fi de curs Macarrons de festa major Gelats(sense fruits secs)
22	23	24	25	26
29	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, maduixa 2 - Enciam, pastanaga 3 - Enciam, pastanaga i síndria 4 - Enciam, tomàquet i cogombre 5 –Enciam, tomàquet pastanaga ratllada i olives , 6 - Enciam, maduixes i tomàquet. **Totes aquestes amanides poden portar herbes silvestres**

Herbes silvestres oblidades
Peix de llotges catalanes)

Els al·lèrgens alimentaris



Menjador AFA Ramon Castelltort

Dilluns 1: sulfits

Dimarts 2: sulfits

Dimecres 3: sulfits

Dijous 4: sulfits, peix, làctic

Divendres 5: làctic, peix, ou, gluten, sulfits

Dilluns 8: sulfits, peix

Dimarts 9: sulfits, peix, gluten, làctics

Dimecres 10: mostassa, sulfits, peix, marisc, mol·lusc, crustaci, api, ou dur

Dijous 11 : sulfits

Divendres 12: sulfits

Dilluns 15: sulfits

Dimarts 16: sulfits, peix

Dimecres 17: sulfits, peix, ou dur

Dijous 18: sulfits, peix, marisc, mol·lusc, crustaci, api

Divendres 19: sulfits, ou, api, 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.