

MENÚ VEGÀ

Setembre 2026 - Menjador AFA Ramon Castelltort



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
	1	2	3	4
7	8 Crema tèbia de verdura de temporada, fesols i oli d'alfàbrega Macarrons a la napolitana amb formatge emmental vegà Poma ecològica	9 Amanida de lleties, blat de moro, tomàquet cirerol, olives i pastanaga amb vinagreta de mostassa suau Truita de farina de cigrons i patates amb cremós de samfaina Sindria de temporada	10 Ensaladeta russa casolana amb olives i oli(vegana) Hamburguesa de soja i verdures amb albergínia d'estiu Melo de temporada	11
14 Crema de carbassa, poma i porro amb el seu cruixent i oli d'oliva verge Lleties amb verdures i arròs integral Prèssec de proximitat	15 Amanida de blat de moro, arròs, pastanaga, tomàquet cirerol i ceba de figueres Fideuà amb verdures all i oli vegà Poma ecològica	16 Amanida de fruita de temporada, cogombre, pipes de carbassa torrades i olives Hamburguesa de llegums amb cuscús de verdures Raïm de proximitat	17 Amanida de brots tendres amb pebrots vermells, cogombre, pastanaga i vinagreta de llimona Pizza amb tomàquet, verdura, verdures i formatge vegà Iogurt vegetal	18 Amanida amb mongeta del ganxet, fruits secs, tomàquet, ceba tendra i olives Llegums i verdures al forn Raïm ecològic
21 Amanida d'hortalisses, poma, soja i Vinagreta de tomàquet i olives Truita de farina de cigrons, patata i bledes amb pa amb tomàquet Iogurt vegetal	22 Poti-poti amb enciams, pèsols, pebrot escalivat, cereal i olives Llegum amb mongeta verda saltejada amb sofregit de tomàquet Raïm de temporada	23 Amanida amb tomàquet de temporada amb espinacs baby, olives i oli d'alfàbrega Paella de verdures i llegum Poma ecològica	24 Amanida d'enciams tendres, pastanaga, anous, figues i poma Cigronet de l'Alta Anoia saltat amb carbassa, pastanaga i xampinyons amb julivert Sindria de temporada	25 Crema tèbia de carbassó, patata i fesols amb crostonets integrals Hamburguesa de soja a la planxa amb mostassa i alfàbrega i pastanagues rostides Macedònia de fruites
28 Amanida amb sindria, rúcula, pipes de girasol, pastanaga i blat de moro Fesols amb verdures i soja Poma ecològica	29 Crema de carbassa i pastanaga, oli de menta i crostonets de pa integral Llegums saltejades amb verdura i tofu Sindria de temporada	30 Amanida verda amb pastanaga, ceba, oliva, tomàquet, cogombre Macarrons integrals amb tomàquet i remolatxa. Pastisset de fi de curs vegà, casolà		

*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"// Els infants més petits poden tenir alguns aliments tallats més petits

*AMANIDES D'ACOMPANYAMENT: 1-Enciam, fruits secs i poma, 2 -Enciam, pastanaga, pruna 3 -Enciam, pastanaga ratllada i fruits secs, 4 -Enciam, raves i poma 5-Enciam, pastanaga ratllada i olives 6-Enciam, pastanaga ,poma i nous

Els al·lèrgens alimentaris



Menjador AFA Ramon Castelltort

Dimarts 8: sulfits, gluten

Dimecres 9: mostassa, sulfits,

Dijous 10: sulfits

Dilluns 14: sulfits

Dimarts 15: sulfits, gluten, api

Dimecres 16: fruits secs, sulfits, gluten

Dijous 17: sulfits, gluten

Divendres 18: sulfits

Dilluns 21: sulfits, gluten

Dimarts 22: sulfits

Dimecres 23: sulfits

Dijous 24: fruits secs, sulfits, api

Divendres 25: gluten, sulfits, mostassa

Dilluns 28: fruits secs, sulfits, api

Dimarts 29: gluten, sulfits

Dimecres 30: gluten, sulfits

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'Afa 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.

"Les al·lèrgies i intoleràncies alimentàries són

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