

MENÚ SENSE FRUITS SECS



Febrer 2025 - Menjador AFA Ramon Castelltort

| dilluns | dimarts | dimecres | dijous | divendres |
|---|--|---|--|--|
| 3 Amanida amb cuscullera, poma, pastanaga i formatge Espaguetis amb espinacs i formatge blau Mandarina ecològica d'Amposta | 4 Amanida amb ceba tendra, fulla de mostassa, pastanaga, raves i olives Cigronet de l'Alta Anoia amb cananes i verdures de temporada Poma ecològica de Lleida | 5 Crema de carbassa ecològica amb crostons Estofat de vedella de Can Mabres a la jardinera Taronja ecològica d'Amposta | 6 Amanida Waldorf sense aranyons Arròs amb pollastre i verdures de temporada Plàtan amb crema de xocolata | 7 |
| 10 Sopa de pistons Truita de patates amb pa amb tomàquet Mandarina ecològica d'Amposta | 11 Amanida amb codonyat, germinats, pastanaga, flor de calèndula i olives Arròs negre amb calamars i carxofes Taronja ecològica d'Amposta | 12 Amanida amb cuscullera, fesols, ceba tendra, pastanaga, encurtits i tonyina Tallarines amb verdures a la crema Poma ecològica de Lleida | 13 Crema de verdures. Llobarro al forn amb trinxat de bleda silvestre logurt d'Ecomercaderet | 14 Amanida amb corn de cérvol, pastanaga, poma i ceba tendra Llenties amb costella de porc i xoriç Pera ecològica de Lleida |
| 17 Amanida amb arròs, raves, pastanaga, ou dur i olives Trinxat amb cansalada i botifarra negra Poma ecològica de Lleida | 18 Sopa amb fideus i arròs Llobarro amb mongetes del ganxet de Cal Serralet saltades amb cloïsses Plàtan | 19 Verdura al vapor amb bledes silvestres saltejades Arròs amb cananes i sípia logurt d'Ecomercaderet | 20 Crema de carbassa i moniato Ous remenats amb calçots eco., carbassa, espinacs Pera ecològica de Lleida | 21 Amanida Cèsar amb rúcula silvestre i lactonesa Espaguetis a la "putanesca" Mandarina ecològica d'Amposta |
| 24 Amanida amb lletsó, pastanaga, colirave, formatge, i olives Llenties amb arròs i verdures Mandarina ecològica d'Amposta | 25 Patata i bròquil ecològic amb beixamel de coliflor Seitons amb amanida d'encurtits logurt d'Ecomercaderet | 26 Crema de verdures Gall d'indi guisat amb poma ecològica Plàtan | 27 DIJOURS LLARDER Crema de carbassa ecològica amb crostons Truita de mongetes seques, lletsó, calçots ecològics i botifarra amb pa amb tomàquet Coca de magdalena | 28 DIVENDRES DE CARNESTOLTES Xatò del Garraf (salsa sense fruits secs) Macarrons de carnestoltes Flam artesà |

*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, pastanaga i poma, 2 - Enciam, pastanaga, poma 3 - Enciam, pastanaga ratllada i formatge 4 - Enciam, raves i poma 5- Enciam, pastanaga ratllada i olives , 6 - Enciam, pastanaga i poma **Totes aquestes amanides poden portar herbes silvestres**

Herbes silvestres oblidades

Peix de llotges catalanes (Palamós, Arenys de Mar)

Els al·lèrgens alimentaris

Menjador AFA Ramon Castelltort

Dilluns 3: gluten, làctic, ou

Dimarts 4: mostassa, sulfits, mol·lusc

Dimecres 5: gluten, sulfits

Dijous 6: ou, mostassa

Dilluns 10: làctic, ou, peix

Dimarts 11: sulfits, api, mol·lusc, peix, crustaci

Dimecres 12: api, sulfits, gluten

Dijous 13: sulfits, peix

Divendres 14: sulfits

Dilluns 17: ou , sulfits

Dimarts 18: gluten, sulfits, peix, mol·lusc

Dimecres 19: api, mol·lusc, peix, crustaci, làctic

Dijous 20: ou

Divendres 21: làctic, mostassa, peix, sulfits

Dilluns 24: làctic, ou, sulfits

Dimarts 25: peix, sulfits, làctic

Dimecres 26: -----

Dijous 27: gluten, ou, sulfits, làctic

Divendres 28 : sulfits, gluten, làctic, ou



“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.