

MENÚ SENSE LÀCTICS



Febrer 2025 - Menjador AFA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 Amanida amb cuscullera, poma, pastanaga i fruits secs Espaguetis amb espinacs i nous 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 Arròs amb pollastre i verdures de temporada Plàtan amb crema de xocolata vegana	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 Crema vegetal o fruita	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 Crema vegetal o fruita	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 Crema vegetal o fruita	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 sense làctics	28 DIVENDRES DE CARNESTOLTES Xató del Garraf Macarrons de carnestoltes Flam amb "llet vegetal "

*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, fruits secs i poma, 2 - Enciam, pastanaga, poma 3 - Enciam, pastanaga ratllada i fruits secs, 4 - Enciam, raves i poma 5- Enciam, pastanaga ratllada i olives , 6 - Enciam, pastanaga, poma i nous **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: fruits secs, cacauet, gluten, ou

Dimarts 4: mostassa, sulfits, mol·lusc

Dimecres 5: gluten, sulfits

Dijous 6: fruits secs, cacauet, ou, mostassa

Dilluns 10: 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

Dijous 20: ou

Divendres 21: mostassa, peix, sulfits

Dilluns 24: ou, sulfits

Dimarts 25: peix, sulfits

Dimecres 26: -----

Dijous 27: gluten, ou, sulfits

Divendres 28 : fruits secs, cacauets, sulfits, gluten, 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.