

# MENÚ SENSE OUS



Febrer 2025 - Menjador AFA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 Amanida amb cuscullera, poma, pastanaga i fruits secs 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 Arròs amb pollastre i verdures de temporada Plàtan amb crema de xocolata vegana	7
10 Sopa de pistons Trita de farina de cigrons amb 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 Iogurt 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, 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 Iogurt d'Ecomercaderet	20 Crema de carbassa i moniato Trita de farina de cigrons 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 Iogurt d'Ecomercaderet	26 Crema de verdures Gall d'indi guisat amb poma ecològica Plàtan	27 <b>DIJOURS LLARDER</b> Crema de carbassa ecològica amb crostons Trita de farina de cigrons amb mongetes, lletsó, calçots ecològics Botifarra amb pa amb tomàquet Coca amb xocolata	28 <b>DIVENDRES DE CARNESTOLTES</b> Xató del Garraf Macarrons de carnestoltes Panna cotta de iogurt i fruites de temporada

\*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, làctic

**Dimarts 4:** mostassa, sulfits, mol·lusc

**Dimecres 5:** gluten, sulfits

**Dijous 6:** fruits secs, cacauet, mostassa

**Dilluns 10:** làctic, peix

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

**Dimecres 12:** api, sulfits, gluten

**Dijous 13:** sulfits, peix

**Divendres 14:** sulfits

**Dilluns 17:** sulfits

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

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

**Dijous 20:** -----

**Divendres 21:** làctic, mostassa, peix, sulfits

**Dilluns 24:** làctic, sulfits

**Dimarts 25:** peix, sulfits, làctic

**Dimecres 26:** -----

**Dijous 30:** peix, sulfits, gluten, làctic

**Divendres 31 :** mol·lusc, peix, crustaci, api, fruits secs. cacauet



**“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](mailto:amparc@amparc.cat) o bé trucar al 93 803 02 12.