

Març 2025- Menjador AMPA Ramon Castelltort

| dilluns | dimarts | dimecres | dijous | divendres |
|--|---|---|--|---|
| | 4 Amanida amb pastanaga, poma, codonyat i formatge Espaguetis a la napolitana. Taronja | 5 Crema de verdures Llobarro amb cigronets de l'A. A. saltats amb all i julivert Plàtan | 6 Amanida amb pastanaga, ceba tendra, formatge de cabra, nous i codonyat Arròs amb pollastre, faves i carbassa Poma | 7 Amanida waldorf Fesols amb sípia i salsitxes de pollastre (mar i muntanya) logurt d'Ecomercadaret |
| 10 Patata i mongeta tendra saltada amb alls tendres Maires amb llit de verdures i lletsó Poma ecològica | 11 Amanida amb rosella, col llombarda, pastanaga i olives Cigronet de l'Alta Anoia a la catalana Plàtan | 12 Amanida amb corn de cérvol, pastanaga, formatge, poma, vinagreta d'encurtits Paella de verdures i xampinyons Flam | 13 CUINES DEL MÓN Amanida amb fesols, pastanaga, raves, ceba tendra i ou dur "Tacos de alambre de pollastre" Mandarines | 14 Amanida tèbia amb verdura saltejada i vinagreta de mostassa Macarrons de bacallà i allioli Taronja ecològica |
| 17 Amanida amb cuscullera, germinats, mongeta del ganxet, pastanaga i olives Patates estofades amb calçots, carxofa i romesco Pera ecològica | 18 Crema de carbassa, pastanaga i curcuma Aletes de pollastre adobades amb amanida 2 Mandarina | 19 CUINES DEL MÓN Amanida amb cigronet amb pastanaga, ceba tendra, ou dur i olives Llobarro amb verdures amb verdures de temporada saltejades julivert "Crema de St. Josep (o catalana)" | 20 Amanida amb lletsó, pastanaga, raves, poma i pipes de carbassa Llenties amb arròs i carbassa Taronja ecològica | 21 Amanida amb col, fulla de mostassa, pastanaga, aranyons dessecats, poma i pinyons Fideuà sípia i cananes amb allioli Poma |
| 24 Amanida amb llegum, pastanaga i olives i vinagreta de ravenissa Truita de patates i ceba amb pa amb tomàquet logurt d'Ecomercadaret | 25 CUINES DEL MÓN Amanida amb poma, raves, pastanaga i avellanes torrades "Harira" Plàtan | 26 Crema de verdures Pizza de verdures i formatge blau Pera ecològica | 27 Amanida amb raves, flor de malva, germinats, taronja i pastanaga Fesols saltats amb salsitxa de pollastre, calçots i salsa salvixada Maduixes | 28 Sopa de peix amb arròs Pollastre rostit amb mostassa i amanida 5 Poma ecològica |
| 31 Amanida amb pastanaga, ceba tendra, formatge de cabra i maduixes Arròs amb cananes, calamars i carxofes Pera | | | | |

*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, fruits secs i poma, 2 - Enciam, pastanaga, maduixes 3 - Enciam, pastanaga ratllada i fruits secs, 4 - Enciam, codonyat i poma formatge fresc de cabra 5 -Enciam, pastanaga ratllada i olives , 6 - Enciam, pastanaga i raves. **Totes aquestes amanides poden portar herbes silvestres**

Herbes silvestres oblidades

Peix de llotges catalanes)

Els al·lèrgens alimentaris



Menjador AFA Ramon Castelltort

Dimarts 4: làctic, ou, sulfits, gluten

Dimecres 5: peix

Dijous 6: làctic, ou, fruits secs, cacauet

Divendres 7: fruits secs, cacauet, ou, sulfits, mostassa, mol·lusc, làctic

Dilluns 10: peix, gluten

Dimarts 11: peix, api

Dimecres 12: sulfits

Dijous 13: làctic, ou, sulfits, api

Divendres 14: sulfits, mostassa, gluten, peix, ou

Dilluns 17: sulfits, api, fruits secs, cacauet, gluten

Dimarts 18: sulfits,

Dimecres 19: sulfits, ou, peix, làctic

Dijous 20: sulfits, fruits secs, cacauet

Divendres 21: mostassa, sulfits, fruits secs, cacauet, gluten, peix, mol·lusc, crustaci, ou

Dilluns 24: sulfits, ou, gluten, làctic

Dimarts 25: sulfits, fruits secs, cacauet, gluten, api

Dimecres 26: gluten, làctic, sulfits

Dijous 27: sulfits, fruits secs, cacauet, gluten

Divendres 28: peix, mol·lusc, crustaci, api, sulfits, mostassa

Dilluns 31: làctic, ou, peix, mol·lusc, crustaci, api

“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.