

MENÚ SENSE LÀCTICS



Abril 2025 - Menjador AMPA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
	1 Crema de porros Pit de pollastre amb arròs saltat i verdures Poma ecològica	2 CUINES DEL MÓN Amanida amb fesols, pastanaga, raves, olives i amanida d'envinagrats i mostassa <i>"Tombet de bou"</i> Crema vegetal o fruita	3 Amanida amb pastanaga, ceba tendra, raves, olives Macarrons amb verdures, xampinyons i "formatge vegà" Maduixa	4 Sopa amb fideus Trita d'espinacs i seques amb pa amb tomàquet Plàtan
7 Amanida amb cuscullera, pastanaga, poma i maduixes Llenties amb verdures i arròs Taronja ecològica	8 Crema de verdures i llegum amb crostons Llobarro amb fideus asiàtics i salsa yakisoba Plàtan	9 Amanida amb cigronet, fulles de mostassa, flors silvestres i fruites de temporada Arròs amb cananes i pèsols Crema vegetal o fruita	10 Sopa de peix amb arròs Trita de patates amb amanida 3 Poma ecològica	11 CUINES DEL MÓN Amanida verda de brots amb fruita de primavera i vinagreta de fonoll i mel <i>Biryami de pollastre</i> Fruita
14	16	17	18	19
21	22	23 <i>St. Jordi, dinar de pinic</i> Amanida pasta amb canonges, pastanaga, ou dur, pollastre, fruits secs, olives, ceba tendra i salsa Cèsar Plàtan	24 Crema de pastanaga i remolatxa Ous remenats amb ceba, gambes i bolets Maduixes	25 Amanida de cigronet, pastanaga, fulla de mostassa, cogombrets i olives Arròs amb pollastre i verdures de temporada Pera ecològica
28 Sopa de lletres Trita de patates i ceba pa amb tomàquet Crema vegetal o fruita	29 Amanida amb llegum, escalivada i olives Vinagreta de ravenissa Maires amb verdures i patates rostides Maduixes	30 CUINES DEL MÓN Amanida amb lletsó, pastanaga, ceba tendra i olives <i>Espaguetis a la carbonara</i> Poma ecològica		

*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, maduixa 3 - Enciam, pastanaga ratllada i fruits secs, 4 - Enciam, codonyat i poma 5 -Enciam, tomàquet 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 Castellort

Dimarts 1: gluten, api

Dimecres 2: sulfits, mostassa

Dijous 3: sulfits, gluten, ou

Divendres 4: gluten, api, sulfits, ou

Dilluns 7: sulfits, ou

Dimarts 8: gluten, peix, sulfits, soja

Dimecres 9: mostassa, peix, mol·lusc, crustaci, api, ou

Dijous 10: peix, mol·lusc, crustaci, api, ou, fruits secs, cacauet

Divendres 11: sulfits

Dimecres 23: gluten, ou, sulfits, mostassa, peix

Dijous 24: gluten, ou, crustaci

Divendres 25: mostassa, sulfits, api

Dilluns 28: api, gluten, ou

Dimarts 29: sulfits, peix

Dimecres 30: 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.