

MENÚ

AMPARC

Gener 2019 - Menjador AMPA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
	1	2	3	4
7	8 Amanida amb pastanaga, tomàquet, formatge d'ovella i olives Tallarines a la napolitana Poma ecològica	9 Sopa de pistons Lluç amb verdures al forn Plàtan	10 Amanida amb poma, pipes de carbassa, pastanaga i formatge Arròs amb sípia Mandarina ecològica	11 Amanida amb pastanaga, taronja, poma i magrana Cuscús amb pollastre i verdures logurt
14 Sopa de peix amb arròs Xai a la planxa amb llegum i verdures saltades Plàtan	15 Amanida de lleties amb tomàquet, pastanaga i olives Truita de patata i carbassa amb pa amb tomàquet Taronja ecològica	16 Amanida d'enciam, alvocat, tomàquet, olives i ceba tendra Fideuà amb calamars i allioli Flam	17 Crema de carbassa amb crostons Bacallà amb arròs i verdures Poma ecològica	18 Amanida de poma, taronja, pastanaga, fruits secs Cigrons amb rosta i botifarra Mandarina ecològica
21 Amanida amb pinya, cranc, pastanaga i salsa rosa Arròs a la milanesa logurt	22 Crema de carbassó Hamburguesa de cigrons amb maonesa i amanida 2 Mandarina ecològica	23 Bledes amb patates saltades amb pernil Pollastre rostit amb mel Plàtan	24 Sopa de fideus Lluç amb saltat de verdures i arròs Poma ecològica	25 Crema de carbassa Pizza de verdures i botifarra Taronja ecològica
28 Amanida de poma, taronja, pastanaga i formatge fresc ,enciam Patates estofades amb pop Poma ecològica	29 Mongetes amb patates Hamburguesa de vedella amb carxofes fregides Crema de xocolata	30 Amanida amb pastanaga, tomàquet, ceba tendra i olives Rissotto de bolets Plàtan	31 Crema de porros Lleties estofades amb salmó i verdures Pera	

*AMANIDES D'ACOMPANYAMENT:1- Enciam, formatge, fruits secs i poma, 2 - Enciam, tomàquet i olives sevillanes, 3 - Enciam, pastanaga i llavors de carbassa,4 - Enciam, tomàquet, alvocat, 5 – Enciam, tomàquet pastanaga ratllada i olives , 6 - Enciam, cranc, pastanaga i pinya.

Activitats	Grup de P3, P4 i P5	Grup de 1r i 2n	Grup de 3r i 4t	Grup de 5é i 6é
Set. del 2 al 3	Recordem rutines	Llegim contes	Cinema	Jocs al Gimnàs
Set. del 6 al 10	Contes a la biblioteca	Jocs cooperatius	Just Dance	Cinema
Set. del 13 al 17	Juguem al Gimnàs	Fem origamis	Taller i manualitat	Cuidem l'hort
Set. del 20 al 24	Manualitats amb plastelina	Ens dibuixem	Jocs al Gimnàs	Introducció a la fotografia

Els al·lèrgens alimentaris

AMPA RC

Menjador AMPA Ramon Castelltort

Dimarts 8: gluten, sulfits, làctic

Dimecres 9: api, gluten, peix

Dijous 10: làctic, api, fruits secs, peix, marisc, mol·lusc

Divendres 11: gluten, làctic

Dilluns 14: api, peix, marisc, mol·lusc

Dimarts 15: ou

Dimecres 16: api, peix, marisc, mol·lusc, ou

Dijous 17: làctic, gluten, peix

Divendres 18: fruits secs, sulfits

Dilluns 21: mol·lusc, crustaci sulfits, api, ou, làctic

Dimarts 22: sulfits

Dimecres 23: gluten, sulfits, api, peix

Dijous 24: sulfits, làctic, ou, fruits secs

Divendres 25: gluten, sulfits

Dilluns 28: làctic, peix, mol·lusc, crustaci, api

Dimarts 29: sulfits, ou, làctic fruits secs

Dimecres 30: api, làctic

Dijous 31: Peix

“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