

MENÚ

AMPARC

Febrer 2020 - Menjador AMPA Ramon Castelltort

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 Amanida amb lletsons, alvocat, ceba tendra i tomàquet Arròs amb aletes pollastre Plàtan amb xocolata	4 Amanida amb cuscullera, poma, taronja, formatge semi curat i pastanaga Mandonguilles amb sípia Mandarina ecològic	5 <i>“Cuines del món- Suïssa”</i> Crema de carbassa amb crostons <i>“Croûte au Fromage”</i> amb amanida 3 Poma	6 Amanida amb ceba tendra, alvocat, tomàquet i olives Cigrons a la mallorquina logurt	7 Amanida amb fulles de rosella, pastanaga, poma, ceba tendra i llavors de carbassa Macarrons amb verdures i tonyina Taronja ecològica
12 <i>“Cuines del món - Mèxic”</i> Crema de porro amb crostons <i>“Fajitas de pollastre”</i> amb amanida 5 Plàtan	12 Sopa de pistons Truita de patates i alls tendres amb pa amb tomàquet Taronja ecològica	13 Amanida de taronja, pastanaga, formatge i vinagreta d'olivada Fesols de Sta. Pau amb calamars Poma ecològica	14 Col d'espigall saltada amb patata i cansalada Truita de riu amb patates al forn logurt	15 Sopa de peix amb arròs Aletes adobades i amanida 2 Mandarina ecològica
17 Mongeta amb patata i oli d'all Melós de porc amb amanida 2 amb cervol Poma ecològica	18 Bròquil gratinats amb patata Lluç al forn amb arròs pilaf Plàtan	19 Amanida amb cosconilla pastanaga, tomàquet, fruits secs i olives Arròs amb calamars Mandarina ecològica	20 <i>“Cuines del món E.U.A”</i> Amanida de lleties, tomàquet, enciam, pastanaga i olives Truita de botifarra d'ou i pa amb tomàquet <i>“Brownie”</i>	21 Crema de cigrons amb crostons i alls tendres. Pollastre rostit amb mostassa i mel logurt
24	25 <i>“Cuines del món – Moldàvia”</i> Minestra de verdura saltades amb oli d'all <i>“Ardei Umpluti”</i> amb amanida 6 Taronja ecològica	26 Sopa de peix amb fideus Pit de pollastre amb amanida 5 amb lletsó Mandarina ecològica	27 Crema de verdures i bledes silvestres Llobarro amb arròs saltat amb verdures i gíngebre logurt	28 Amanida de alvocat, pastanaga tomàquet, ceba tendra i taronja Espaguetis a la carbonara Poma ecològica

*AMANIDES D'ACOMPANYAMENT: 1- Enciam, formatge, fruits secs i poma, 2 - Enciam, tomàquet i olives, 3 - Enciam, pastanaga ratllada i fruits secs
4 - Enciam, tomàquet, alvocat, 5 - Enciam, tomàquet pastanaga ratllada i olives, 6 - Enciam, raves, pastanaga

Activitats	Grup de P3, P4 i P5	Grup de 1r i 2n	Grup de 3r i 4t	Grup de 5é i 6é
Set. del 4 al 7	Mural cuines del Món	Pel·lícula	Jocs al gimnàs	Treballem les receptes
Set. del 11 al 15	Contes a la Biblioteca	Jocs al gimnàs	Just Dance	Decorem el menjador
Set. del 18 al 22	Mural cuines del Món	Decorem menjador	Torneig esportiu	Jocs al gimnàs
Set. del 25 al 28	Jocs al gimnàs	Preparem portes obertes!!!	Decorem el menjador	Decorem el menjador

Els al·lèrgens alimentaris

AMPA RC

Menjador AMPA Ramon Castelltort

Dilluns 3 : làctic, fruits secs, api

Dimarts 4: làctic, mol·lusc, sulfits

Dimecres 5: gluten, ou, làctic, fruits secs

Dijous 6: sulfits

Divendres 7: fruits secs, gluten, api, peix

Dilluns 10: gluten

Dimarts 11: api, gluten, ou

Dimecres 12: làctic, api, peix, crustaci, mol·lusc, làctic

Dijous 13: peix, làctic

Divendres 14: gluten, api, peix, crustaci, mol·lusc

Dilluns 17: -----

Dimarts 18: làctic, peix

Dimecres 19: fruits secs, api, crustaci, mol·lusc, peix

Dijous 20: ou, sulfits, fruits secs, gluten

Divendres 21: gluten, sulfits, mostassa, làctic

Dimarts 25: -----

Dimecres 26: peix, mol·lusc, crustaci, api gluten

Dijous 27: peix, api

Divendres 29: gluten, sulfits, làctic

“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