

MENÚ

Març 2020 - Menjador AMPA Ramon Castelltort

| dilluns | dimarts | dimecres | dijous | divendres |
|--|--|--|---|--|
| 2 Sopa de lletres Llobarro amb verdures i patates al forn Plàtan | 3 Amanida amb taronja, ceba tendra i pastanaga Arròs amb sípia i carxofes Poma ecològica | 4 Amanida de pastanaga, raves, formatge de cabra i vinagreta d'olivada Macarrons a la napolitana Taronja ecològica | 5 "Cuines del món – Anglaterra" <i>Parsnip and apple soup.</i> Pizza i amanida amb rúcula Pera ecològica | 6 Amanida amb ceba tendra, olives, tomàquet i pastanaga. Lentilles amb cansalada, botifarra i xoriço. logurt |
| 9 Crema d'espínacs i ortigues Lluç amb amanida de fesols Poma ecològica | 10 Sopa amb pasta i arròs Hamburguesa a la pizarola amb patates rústiques Pera ecològica | 11 Amanida amb formatge, codonyat, taronja i vinagreta d'encortits Arròs amb verdures i xampinyons logurt | 12 Amanida , pastanaga, mongeta verda salta i vinagreta d'olivada Cigronet de l'Alta Anoia amb espínacs i sípia Plàtan | 13 "Cuines del món- Marroc" <i>Amanida amb formatge fresc de cabra, poma i pastanaga</i> <i>Cous cous amb pollastre</i> Taronja ecològica. |
| 16 Amanida amb pastanaga, tomàquet i olives Tallarines a la Carbonara Pera ecològica | 17 "Cuines del món -Orient Mitjà" Crema de verdures amb crostons <i>Sakshuka</i> Poma ecològica | 18 Amanida de poma, taronja, formatge, i llavors de carbassa Paella amb conill i alls tendres Taronja ecològica | 19 Sopa de lletres Patates emmascarades amb amanida 6 Crema de St. Josep | 20 |
| 23 Amanida de poma, formatge, pastanaga i fruits secs Arròs amb mar i muntanya Pera ecològica | 24 Sopa de peix amb pasta Trita de patates amb amanida 4 Plàtan | 25 "Cuines del món- Colombia" Amanida d'alvocats, olives, ceba tendra i tomàquet <i>"Frijoles colombianos"</i> Pudding | 26 Amanida de patata, pèsols, olives, pastanaga pebrot i tomàquet Salmó amb verdures Poma ecològica | 27 Amanida amb tomàquet, olives, pastanaga i tonyina Fideus a la cassola amb verdures Plàtan |
| 30 Amanida d'arròs, poma, pastanaga i salsa tartara Pollastre rostit amb bolets Taronja ecològica | 31 Amanida amb taronja formatge llavors de carbassa i vinagreta d'olivada Cigronet a la catalana Poma ecològica | | | |

*AMANIDES D'ACOMPANYAMENT: 1- Enciam, formatge, fruits secs i poma, 2 - Enciam, tomàquet i olives sevillanes, 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 2 al 6 | Bicis al pati | Acabem de preparar Portes Obertes | Decorem el menjador | Treballem les receptes |
| Set. del 9 al 13 | Manualitat | Jocs i portes obertes | Preparem Portes obertes | Preparem Portes Obertes |
| Set. del 16 al 21 | Contes a la Biblioteca | Taller/manualitat | Jocs al Gimnàs | Jocs cooperatius |
| Set. del 23 al 27 | Manualitat/ Taller | Jocs al Gimnàs | Taller de Pasqua | Just Dance |

Els al·lèrgens alimentaris

AMPA RC

Menjador AMPA Ramon Castelltort

Dilluns 2: api, peix
Dimarts 3: mol·lusc, peix, crustaci
Dimecres 4: làctic, gluten
Dijous 5: sulfits, gluten, làctic
Divendres 6: sulfits, làctic
Dilluns 9: gluten, peix
Dimarts 10: api, sulfits, làctic
Dimecres 11: làctic, api
Dijous 12: sulfits
Divendres 13: làctic, gluten, api
Dilluns 16: gluten, làctic, sulfits
Dimarts 17: gluten, ou
Dimecres 18: làctic, fruits secs
Dijous 19: gluten, api, sulfits, ou, làctic
Dilluns 23: làctic, mol·lusc
Dimarts 24: : peix, crustaci, crustaci, pasta, ou
Dimecres 25: ou, làctic, gluten
Dijous 26: peix, làctic
Divendres 27: gluten, sulfits
Dilluns 30: ou, làctic
Dimarts 31: làctic, 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