

AL·LÈRGENS

1 Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats. 2 Crustàcis i productes a base de crustàcis. 3 Ous i productes a base d'ou. 4 Peix i productes a base de peix. 5 Cacauets i productes a base de cacauets. 6 Soja i productes a base de soja. 7 Llet i els seus derivats (inclou la lactosa). 8 Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous de Brasil, festucs, macadàmies i productes derivats. 9 Api i productes derivats. 10 Mostassa i productes derivats. 11 Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam. 12 Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10mg/kg o 10ml/l expressat com a SO2 13 Tramussos i productes a base de tramussos. 14 Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.

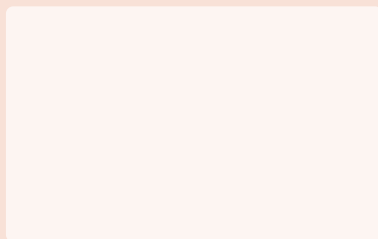
Coordinació: arturmartorellmenjador@gmail.com
Administració: administracio@ambitescola.cat
Avisos i incidències: 658 182 895

Menús supervisats per:

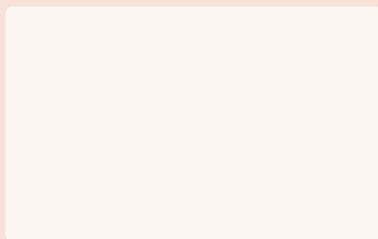


ELS ESSENCIALS
DEL MÉS

ENDÍVIES • COLIFLOR • ESCAROLA
CEBES • PASTANAGUES • PERES
MANDARINES • KIWI • CAQUIS
CARDS • COGOMBRES



06 DILLUNS
FESTIU



07 DIMARTS
FESTIU

01 DIMECRES
-Espirals amb oli i orenga (1)
-Lluç amb enciam (4)
-Fruita baixa en fructosa (taronja, mandarina, plàtan) o iogurt s/lactosa

08 DIMECRES
FESTIU

02 DIJOURS
-Coliflor amb patata
-Rodó de vedella amb enciam
-Fruita baixa en fructosa (taronja, mandarina, plàtan) o iogurt s/lactosa

09 DIJOURS
-Macarrons integrals amb herbes provençals (1)
-Truita de patata i enciam (3)
-Fruita baixa en fructosa (taronja, mandarina, plàtan) o iogurt s/lactosa

03 DIVENDRES
-Cigrons amb pebrot
-Truita francesa amb enciam (3)
-Fruita baixa en fructosa (taronja, mandarina, plàtan) o iogurt s/lactosa

10 DIVENDRES
-Bledes i patata
-Pernilets de pollastre amb enciam
-Fruita baixa en fructosa (taronja, mandarina, plàtan) o iogurt s/lactosa

13 DILLUNS
-Arròs integral amb pebrot
-Lluç a la planxa amb enciam (4)
-Fruita baixa en fructosa (taronja, mandarina, plàtan) o iogurt s/lactosa

14 DIMARTS
-Llenties amb api i espinacs
-Truita francesa amb enciam (3)
-Fruita baixa en fructosa (taronja, mandarina, plàtan) o iogurt s/lactosa

15 DIMECRES
-Col amb patata
-Pollastre al forn amb xampinyons.
-Fruita baixa en fructosa (taronja, mandarina, plàtan) o iogurt s/lactosa

16 DIJOURS
-Fideus a la cassola amb carn (1) (s/tomàquet ni ceba ni porro)
-Amanida d'enciam
-Fruita baixa en fructosa (taronja, mandarina, plàtan) o iogurt s/lactosa

17 DIVENDRES
-Crema de coliflor i mongetes seques.
-Hamburguesa de vedella amb enciam (12)
-Fruita baixa en fructosa (taronja, mandarina, plàtan) o iogurt s/lactosa

20 DILLUNS
-Arròs tres delícies (pebrot i pèsols)
-Salmó amb enciam (4)
-Fruita baixa en fructosa (taronja, mandarina, plàtan) o iogurt s/lactosa

21 DIMARTS
-Cigrons estofats amb espinacs i pebrot
-Truita de patata amb enciam (3)
-Fruita baixa en fructosa (taronja, mandarina, plàtan) o iogurt s/lactosa

22 DIMECRES
DINAR DE NADAL

23 DIJOURS

24 DIVENDRES

27 DILLUNS

28 DIMARTS

29 DIMECRES

30 DIJOURS

31 DIVENDRES