

Lunes

02

Crema de zanahorias
Chuleta de cerdo plancha
con ensalada campera
Yogur

09

Coditos con huevo sancocha-
do
Tiras de pollo al limón con
ensalada de lechuga iceberg
Yogur

16

Crema de verduras con
habichuelas
Canelones rellenos al horno
carne/vegetal con ensalada
mixta
Yogur

23

Sopa de letras
Muslos de pollo asados al
horno con papas panaderas
Yogur

30

Arroz blanco con atún
Cachopo de lomo con
ensalada mixta
Yogur

Martes

03

Macarrones con boloñesa
Filete de merluza plancha con
ensalada mixta
Fruta del tiempo

10

Crema de espinacas
Filete de lenguado (Halibut)
al horno con papas panade-
ras y tiras de pimientos
asados.
Fruta del tiempo

17

Potaje de lentejas con gofio
Huevos rellenos o sancocha-
dos con jamoncitos al horno
y ensalada
Fruta del tiempo

24

Arroz con verduras
Filete de merluza plancha
en adobo suave con ensala-
da mixta
Fruta del tiempo

Miércoles

04

Garbanzos estofados con
verdura
Tortilla de calabacines con
rodaja de tomate natural,
aceite de oliva y orégano
Natilla o fruta del tiempo

11

Arroz blanco con tomate
Costillas asadas al horno
con ensalada mixta y
zanahoria rallada
Petit suit o fruta del tiempo

18

Arroz milanese
Filete de lenguado rebozado
con ensalada de la huerta
Actimel o fruta del tiempo

25

Potaje de judías blancas
estofadas
Tortilla de papas con salsa
de tomate natural
Gelatina o fruta del tiempo

Jueves

05

Sopa de pescado
Estofado de pollo al horno con
verduritas y papas cuadradas
Fruta del tiempo

12

Judías pintas estofadas con
verdura
Huevos fritos con papas y
ensalada
Fruta del tiempo

19

Sopa de fideos con hortalizas
Lomo de cerdo asado al horno
con pimientos y papas cuadra-
das
Fruta del tiempo

26

Puré de verduras con batata
Filetes rusos ternera/pollo
plancha con ensalada mixta
Fruta del tiempo

Viernes

06

Arroz caldoso
San Jacobo de york y queso
con ensalada mixta
Macedonia de fruta natural

13

Sopa de estrellas
Pizza al horno y tacos de
merluza plancha con ensala-
da mixta
Macedonia de fruta natural

20

Tallarines con atún y tomate
Pechuga de pollo plancha
con ensalada mixta y remola-
cha
Macedonia de fruta natural

27

Espaguetis con picadillo
Calamares fritos y tacos de
lenguado con ensalada mixta
Macedonia de fruta natural

Alérgenos Alimentarios

Este menú puede contener algunos de los siguientes componentes alérgicos: Leche y derivados, lactosa, huevo y derivados, cereales (gluten), cacahuets y derivados, crustáceos y moluscos, pescado y derivados, frutos secos, soja y derivados, apio y derivados, mostaza y derivados, sésamo y derivados, sulfitos, altramuces.

Disponemos de menús especiales adaptados para niños con alergias e intolerancias alimentarias. En caso de padecer alguna alergia o intolerancia alimentaria deberá informar a la dirección del centro presentando el certificado médico para diseñarle un menú personalizado.

Menú
elaborado por
nuestro personal
de nutrición

Ensalada mixta: Se compone como base de lechuga iceberg, tomate, cebolla y aceitunas más ingrediente adicional descrito en el menú. Cremas/Purés: Se utilizan verduras seleccionadas por nuestro personal que en su base se componen de calabaza, zanahoria, col, papa, tomate y pimiento más ingrediente adicional descrito en el menú como Legumbres/Tubérculo/Vegetal.

Fruta del tiempo: Se suministra fruta natural seleccionada por nuestro personal que se compone principalmente de Manzana, Pera, Plátano, Kiwi, Mandarina, Melón o Sandía, según temporada y disponibilidad. Se suministra pan comun fresco del día en todas las comidas.