

Lunes

02

Crema de zanahorias
Chuleta de cerdo plancha
(deshuesada) con ensalada
mixta y millo
Yogur

09

Coditos con huevo sancocha-
do (Sin Gluten)
Tiras de pollo al limón
plancha con ensalada de
lechuga iceberg
Yogur

16

Crema de verduras con
habichuelas
Pechuga de pavo al horno con
ensalada mixta
Yogur

23

Sopa de letras (Sin Gluten)
Muslos de pollo asados al
horno (deshuesados) con
papas panaderas
Yogur

30

Arroz blanco con atún
Cinta de lomo plancha con
ensalada mixta
Yogur

Martes

03

Macarrones con boloñesa (Sin
Gluten)
Filete de merluza plancha con
ensalada mixta
Fruta del tiempo

10

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

17

Potaje de lentejas o puré
Tortilla francesa con jamonci-
tos 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

Puré de garbanzos estofados
con verdura
Tortilla de calabacines con
rodaja de tomate natural y
aceite de oliva
Natilla o fruta del tiempo

11

Arroz blanco con tomate
Escalopines plancha con
ensalada mixta y zanahoria
rallada
Petit suit o fruta del tiempo

18

Arroz milanesa
Filete de lenguado plancha
con ensalada de la huerta
Actimel o fruta del tiempo

25

Crema 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

Puré de judías pintas con
verdura
Tortilla francesa con papas y
ensalada
Fruta del tiempo

19

Sopa de fideos con hortalizas
(Sin Gluten)
Lomo de cerdo asado al horno
con papas cuadradas
Fruta del tiempo

26

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

Viernes

06

Arroz caldoso
Filete de pavo plancha con
ensalada mixta
Macedonia de fruta natural

13

Sopa de estrellas (Sin
Gluten)
Tacos de merluza plancha con
ensalada mixta
Macedonia de fruta natural

20

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

27

Espaguetis con picadillo (Sin
Gluten)
Tacos de lenguado plancha
con ensalada mixta
Macedonia de fruta natural

**Alérgenos
Alimentarios**

Este menú puede contener algunos de los siguientes componentes alergénicos: 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.