

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
11	12	13	14	15
Sopa de pescado Muslos de pollo asados al horno con papas Yogur	Judías pintas estofadas con verdura Tortilla de calabacines con rodaja de tomate natural, aceite de oliva y orégano Fruta del tiempo	Coditos a la napolitana Cinta de lomo encebollado al horno con ensalada mixta y zanahoria rallada Natilla	Crema de hortalizas Filete de lenguado (Halibut) al horno con perejil y papas panaderas Fruta del tiempo	Arroz caldoso San Jacobo de york y queso con ensalada campesina Macedonia de fruta natural
18	19	20	21	22
Macarrones con atún y tomate Chuleta de cerdo plancha con ensalada de la huerta Yogur	Sopa de estrellas Escalope de pollo con ensalada mixta Fruta del tiempo	Puré de verduras con habichuelas Filete de merluza plancha con papas arrugadas y mojo verde Petit suit	Arroz con verduras Huevos rellenos o sancochados con jamoncitos al horno y ensalada Fruta del tiempo	Rancho canario Pizza al horno y filete de lenguado con ensalada Macedonia de fruta natural
25	26	27	28	29
Sopa de letras Tiras de pollo al limón con ensalada campera Yogur	Potaje de lentejas con gofio Tortilla de jamón con salsa de tomate natural Fruta del tiempo	Arroz milanesa Filete de merluza plancha en adobo suave con ensalada de lechuga iceberg Actimel	Crema de espinacas Albondigas caseras al horno ternera/pollo con papas sancochadas Fruta del tiempo	Espaguetis boloñesa Calamares fritos o filete de lenguado con ensalada mixta y millo 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.