

Lunes

01

Sopa de pescado
Canelones rellenos al horno
carne/espinacas con ensalada de col roja
Yogur

08

Macarrones con queso gratinado al horno
Pechuga de pollo plancha con ensalada mixta
Yogur

15

Espaguetis con atún y tomate
Chuleta de cerdo plancha con ensalada
Yogur

22

Arroz caldoso
Filete de merluza plancha en adobo suave con ensalada mixta
Yogur

Martes

02

Garbanzos estofados con verdura o puré
Tortilla de papas con tomate natural
Fruta del tiempo

09

Crema de calabaza
Filete de merluza plancha con papas arrugadas y mojo verde
Fruta del tiempo

16

Potaje de lentejas con gofio o puré
Huevos rellenos o sancochados con jamoncitos al horno y ensalada mixta
Fruta del tiempo

23

Crema de espinacas
Muslos de pollo asados al horno con papas panaderas
Fruta del tiempo

Miércoles

03

Tallarines boloñesa
Churros de merluza con ensalada y zanahoria rallada
Petit suit o fruta del tiempo

10

Sopa de fideos con hortalizas
San jacob de York y queso con ensalada mixta
Natilla o fruta del tiempo

17

Sopa de letras
Roti de pavo al horno con papas sancochadas
Gelatina o fruta del tiempo

24

Coditos con picadillo
Escalopines con ensalada mixta
Actimel o fruta del tiempo

Jueves

04

Crema de habichuelas
Estofado de lomo al horno con pimientos y papas cuadradas
Fruta del tiempo

11

Arroz a la cubana completo
Huevo-plátano-tomate
Salchichas al horno
Fruta del tiempo

18

Arroz con verduras
Filete de merluza plancha al limón con ensalada de la huerta
Fruta del tiempo

25

Sopa de estrellas
Tortilla de calabacines con rodaja de tomate natural, aceite de oliva y orégano
Fruta del tiempo

Viernes

05

Arroz blanco con atún
Filetes rusos plancha
ternera/pollo con ensalada mixta y pepino
Macedonia de fruta natural

12

Judías pintas estofadas o puré
Calamares fritos y filete de lenguado (Halibut) con ensalada y remolacha
Macedonia de fruta natural

19

Crema de hortalizas
Albóndigas caseras al horno
ternera/pollo con papas
Macedonia de fruta natural

26

Potaje de judias con verdura o puré
Pizza al horno y filete de lenguado con ensalada 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.