

# MENÚ SEPTIEMBRE 2021

## Menú SIN LACTOSA - Comedores Escolares - CURSO 2021 / 2022



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>A</b>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>CREMA DE ESPINACAS</b></li> <li>• <b>JAMONCITOS HORNEADOS CON PAPAS EMPEREJILADAS</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>POTAJE DE JUDÍAS</b></li> <li>• <b>ESPIRALES CON SALSA DE ATÚN Y HUEVO</b></li> <li>• <b>GELATINA SABORES Y PAN INTEGRAL</b></li> </ul>
<b>B</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>PURÉ DE CALABAZA</b></li> <li>• <b>TORTILLA AL HORNO CON ENSALADA CANARIA</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS</b></li> <li>• <b>HAMBURGUESA S/LACTOSA ENCEBOLLADA CON ARROZ BLANCO</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>CREMA DE VERDURAS</b></li> <li>• <b>PASTA CON SALSA DE CALABACINES Y PAVO</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SOPA DE MINISTRONE</b></li> <li>• <b>RAGOUT DE CERDO S/LACTOSA CON VERDURAS</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>POTAJE DE 3 LEGUMBRES</b></li> <li>• <b>TACOS DE FOGONERO ENCEBOLLADO CON PAPAS Y MOJO</b></li> <li>• <b>GELATINA SABORES Y PAN INTEGRAL.</b></li> </ul>
<b>C</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SOPA MARINERA</b></li> <li>• <b>ROPA VIEJA CASERA S/LACTOSA</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>POTAJE DE LENTEJAS</b></li> <li>• <b>MACARRONES CON BOLOÑESA S/LACTOSA Y HUEVO</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>PURÉ DE ESPINACAS</b></li> <li>• <b>MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA TROPICAL</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>POTAJE DE 5 VERDURAS</b></li> <li>• <b>JAMONCITOS EN ADOBO NATURAL CON PAPAS CUADRO</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SOPA DE ESTRELLITAS S/LACTOSA</b></li> <li>• <b>LOMO ADOBADO AL HORNO CON SALSA DE PIÑA Y ARROZ</b></li> <li>• <b>GELATINA SABORES Y PAN INTEGRAL.</b></li> </ul>
<b>D</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SOPA HORTELANA</b></li> <li>• <b>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA S/LACTOSA</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>POTAJE DE ACELGAS Y JUDÍAS</b></li> <li>• <b>ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE Y VERDURAS</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>CREMA DE ZANAHORIAS</b></li> <li>• <b>ARROZ CON POLLO Y VERDURAS</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>POTAJE DE VERDURAS</b></li> <li>• <b>TACOS DE FOGONERO HORNEADO CON ENSALADA DE PAVO</b></li> <li>• <b>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>RANCHO CANARIO</b></li> <li>• <b>PIZZA TRADICIONAL DE JAMÓN SIN LACTOSA</b></li> <li>• <b>GELATINA Y PAN INTEGRAL.</b></li> </ul>

	L	M	X	J	V	S	D
	SEPTIEMBRE						
A				9	10	11	12
B	13	14	15	16	17	18	19
C	20	21	22	23	24	25	26
D	27	28	29	30			

★ No se utilizan productos elaborados con grasas trans, ni frituras.

- ★ Se pueden consultar las fichas de los platos en la página web de Albie: <http://albie.es/colegios/>
- ★ Las Verduras y Hortalizas son naturales y frescas de temporada, preferiblemente regionales.

★ Todos los pescados utilizados , exclusivamente , son lomo de atún, carbonero, filetes de merluza y de fogueño sin espinas y sin piel.

★ Este menú , por causas justificadas , podrá sufrir modificaciones

★ En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del consejo, de 25 Octubre de 2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, puede consultar la información sobre el contenido en alérgenos así como la valoración nutricional a través de su centro educativo.

★ Los Valores Nutricionales están realizados por Dietistas de ALBIE, S.A.:

- María González, Diplomada en Nutrición humana y dietética.
- Silvia Moreno Díez , Diplomada en Nutrición humana y dietética.

- Inmaculada Gea, Licenciada en Ciencia y Tecnología de los alimentos.



Recomendación para la **CENA**.

Más información 914356448.