

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Arroz blanco con tomate natural
Filete de lomo asado al horno con ensalada mixta
Yogur

8

Tallarines con atún y tomate (Sin Gluten)
Pechuga de pollo plancha con ensalada de lechuga iceberg
Yogur

15

Puré de verduras
Pechuga de pavo plancha con papas sancochadas
Yogur

22

Crema de espinacas
Muslo de pollo asado al horno (deshuesado) con papas
Yogur

29

Arroz milanese
Tacos de merluza plancha con ensalada mixta
Yogur

2

Puré de judías pintas con verdura
Tacos de lenguado al limón plancha con ensalada y remolacha
Fruta del tiempo

9

Crema de calabacines
Filete de lenguado (halibut) a la portuguesa (horno) con papas sancochadas
Fruta del tiempo

16

Espirales boloñesa (Sin Gluten)
Filete de merluza plancha con ensalada mixta y millo
Fruta del tiempo

23

Coditos a la napolitana (Sin Gluten)
Filete de merluza al horno con verduritas y ensalada
Fruta del tiempo

30

Crema de garbanzos con verdura
Tortilla de papas con rodaja de tomate natural y aceite de oliva.
Fruta del tiempo

3

Crema de zanahorias
Roti de pavo al horno con papas sancochadas
Yogur o fruta del tiempo

10

Puré de garbanzos con verdura
Tortilla francesa con jamoncitos al horno y ensalada
Actimel o fruta del tiempo

17

Puré de lentejas estofadas
Tortilla de atún con ensalada mixta
Petit suit o fruta del tiempo

24

Sopa de fideos con hortalizas (Sin Gluten)
Chuleta de cerdo plancha (deshuesada) con ensalada mixta y atún
Natilla o fruta del tiempo

31

Espaguetis con tomate y queso (Sin Gluten)
Filete de lomo plancha con ensalada mixta y zanahoria rallada
Gelatina o fruta del tiempo

4

Sopa de estrellas (Sin Gluten)
Tortilla de calabacín con ensalada
Fruta del tiempo

11

Sopa de pescado
Escalopines plancha con ensalada mixta
Fruta del tiempo

18

Sopa de letras (Sin Gluten)
Albóndigas caseras al horno ternera/pollo (Sin Gluten) con papas cuadradas
Fruta del tiempo

25

Arroz a la cubana
Tortilla francesa-Tomate
Salchichas al horno (Sin Gluten)
Fruta del tiempo

5

Macarrones con picadillo (Sin Gluten)
Filete de merluza plancha con ensalada y pepino
Macedonia de fruta natural

12

DIA NACIONAL DE ESPAÑA

19

Arroz caldoso
Tacos de lenguado plancha con ensalada
Macedonia de fruta natural

26

Crema de judías blancas con verdura
Filete 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.