

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

	01	02	03	04
	Tallarines con picadillo Tacos de merluza con ensalada y remolacha Fruta del tiempo	Potaje de lentejas con gofio o puré Tortilla de papas con ensalada mixta Petit suit o fruta del tiempo	Arroz con verduras Filetes rusos ternera/pollo a la plancha con ensalada mixta Fruta del tiempo	Crema de calabaza Filete de lenguado (Halibut) a la portuguesa con papas sancochadas Macedonia de fruta natural
07	08	09	10	11
Crema de hortalizas Muslos de pollo asados al horno con papas Yogur	Arroz caldoso Filete de merluza plancha en adobo suave con ensalada de lechuga iceberg Fruta del tiempo	Sopa de estrellas Tortilla de calabacines con rodaja de tomate natural y aceite de oliva Natilla o fruta del tiempo	Coditos a la napolitana Cinta de lomo encebollado al horno con ensalada mixta y zanahoria rallada Fruta del tiempo	Crema de judías blancas con verdura Filete de lenguado (Halibut) con papas sancochadas y tomate natural Macedonia de fruta natural
14	15	16	17	18
Macarrones con huevo sancochado Chuleta de cerdo plancha con ensalada de la huerta Yogur	Puré de verduras con habichuelas Filetes de lenguado al horno con perejil y papas panaderadas Fruta del tiempo	Crema de garbanzos con verdura Escalope de pollo con ensalada mixta Helado o fruta del tiempo	Arroz a la cubana Tortilla francesa-tomate Salchichas al horno Fruta del tiempo	Sopa de pescado 1/2 Pizza al horno y filete de pavo plancha con ensalada Macedonia de fruta natural
21	22	23	24	25
Espaguetis con boloñesa Churros de merluza con ensalada campesina Yogur	Crema de espinacas Albóndigas caseras de ternera/pollo al horno con papas cuadradas Fruta del tiempo	Potaje de lentejas con puerros o puré Tortilla de jamón con salsa de tomate natural Actimel o fruta del tiempo	Arroz milanesa Filete de merluza al limón plancha con ensalada mixta y remolacha Fruta del tiempo	Sopa de letras Escalopines con ensalada mixta y millo Macedonia de fruta natural
28	29	30	31	
Arroz blanco con atún y tomate Pechuga de pollo plancha con ensalada mixta Yogur	Puré de verduras con batata Filete de lomo con ensalada mixta Fruta del tiempo	Sopa de fideos con hortalizas Filete de lenguado en salsa verde (horno) con papas sancochadas Petit suit o fruta del tiempo	Puré de judías pintas con verdura Tortilla francesa con jamoncitos al horno y ensalada Fruta del tiempo	

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.