

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

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