

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 judias 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.