COMEDORES
LANZAROTE

C.E.I.P PLAYA HONDA

Mayo de 2.019

Infantil - 1º

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		01 DIA DEL TRABAJADOR	02 Sopa de fideos con hortalizas Filete de lenguado (halibut) con croquetas y ensalada mixta Fruta del tiempo	03 Puré de judías con verdura Roti de pavo al horno con papas sancochadas Macedonia de fruta natural
06 Espaguetis boloñesa Churros de merluza con ensalada mixta y remolacha Yogur	07 Sopa de letras Taquitos de lomo al horno con pimientos y papas cuadradas Fruta del tiempo	08 Puré de garbanzos estofados con verdura Tortilla francesa con jamoncitos al horno y ensalada Petit suit o fruta del tiempo	09 Crema de calabaza Albóndigas caseras al horno ternera/pollo con papas sancochadas Fruta del tiempo	10 Arroz milanesa Filete de lenguado con ensalada mixta Macedonia de fruta natural
13 Puré de verduras con acelgas Muslos de pollo asados al horno (deshuesados) con papas panaderas Yogur	14 Coditos con picadillo Filete de merluza plancha con ensalada mixta y pepino Fruta del tiempo	15 Sopa de estrellas Escalopines con ensalada mixta y zanahoria rallada Helado o fruta del tiempo	16 Arroz a la cubana Tortilla francesa-tomate Salchichas al horno Fruta del tiempo	17 Puré de judías pintas con verdura 1/2 Pizza al horno y tacos de merluza con ensalada mixta Macedonia de fruta natural
20 Macarrones con tomate y queso gratinado al horno Chuleta de cerdo plancha (deshuesada) con ensalada mixta Yogur	21 Potaje de lentejas con gofio o puré Tortilla francesa con papas y ensalada Fruta del tiempo	22 Arroz caldoso Tacos de lenguado al limón con ensalada mixta Actimel o fruta del tiempo	23 Crema de espinacas Filetes rusos ternera/pollo plancha con papas sancochadas y tomate natural Fruta del tiempo	24 Sopa de pescado Pechuga de pavo plancha con ensalada de la huerta Macedonia de fruta natural
27 Tallarines a la napolitana Cinta de lomo plancha con ensalada mixta y millo Yogur	28 Crema de hortalizas Tortilla de atún con ensalada mixta Fruta del tiempo	29 Puré de garbanzos con verdura Filete de merluza con papas sancochadas y tomate natural Helado o fruta del tiempo	30 DIA DE CANARIAS	31

Alérgenos Alimentarios

Este menú puede contener algunos de los siguientes componentes alergénicos: Leche y derivados, lactosa, huevo y derivados, cereales (gluten), cacahuetes 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 Sandia, según temporada y disponibilidad.
Se suministra pan comun fresco del dia en todas las comidas.