

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

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

**Alérgenos
Alimentarios**

Este menú puede contener algunos de los siguientes componentes alérgicos: 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.