

| | | | | VIERNES 1 |
|---|--|---|--|---|
| | | | | FESTIVO |
| LUNES 4 | MARTES 5 | MIÉRCOLES 6 | JUEVES 7 | VIERNES 8 |
| FESTIVO | <p>POTAJE DE LENTEJAS</p> <p>PAVO ASADO AL HORNO</p> <p>ENSALADA: LECHUGA Y TOMATE</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Sopa + tortilla francesa con judía verde fruta de temporada</p> | <p>CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA</p> <p>MUSOLA AL HORNO (4)</p> <p>PATATA AL LIMÓN</p> <p>YOGUR (7)</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Guacamole + fajitas de pollo con verduras fruta de temporada</p> | <p>ARROZ DE PESCADO (4)</p> <p>TORTILLA DE PATATA (3)</p> <p>ENSALADA: ZANAHORIA RALLADA Y MAÍZ</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Salchichas con puré de patata y ensalada fruta de temporada</p> | <p>TREMPÓ DE GARBANZOS CON ATÚN (4) (pimiento, tomate y cebolla)</p> <p>POLLO AL AST</p> <p>PATATA FRITA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Pescado a la plancha con pisto y arroz fruta de temporada</p> |
| LUNES 11 | MARTES 12 | MIÉRCOLES 13 | JUEVES 14 | VIERNES 15 |
| <p>ARROZ A LA MILANESA</p> <p>REVUELTO DE HUEVO (3)</p> <p>ENSALADA: MIXTA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Sopa + croquetas con guisantes fruta de temporada</p> | <p>CREMA DE CALABACÍN</p> <p>ABADEJO EN SALSA DE TOMATE (4)</p> <p>PATATA FRITA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Bistec de ternera con arroz y champiñones fruta de temporada</p> | <p>SOPA DE GARBANZOS CON FIDEOS (1,3)</p> <p>POLLO AL HORNO</p> <p>ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Pescado al horno con patata, zanahoria y calabacín fruta de temporada</p> | <p>ENSALADA DE LENTEJAS (pimiento, aceitunas y maíz)</p> <p>ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y VERDURA</p> <p>YOGUR (7)</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Crema de verduras + tortilla de patata con ensalada fruta de temporada</p> | <p>PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA (1,3,7)</p> <p>LENGUADO AL HORNO CON MAJADO DE AJO Y PEREJIL (4)</p> <p>ENSALADA: TREMPÓ</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Gazpacho + "pa amb oli" de queso fruta de temporada</p> |
| LUNES 18 | MARTES 19 | MIÉRCOLES 20 | JUEVES 21 | VIERNES 22 |
| <p>GUISO DE ALUBIAS</p> <p>MERLUZA REBOZADA (1,2,3,4,7,14)</p> <p>ENSALADA: LECHUGA, PEPINO Y QUESO (7)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Huevos revueltos con guisantes y zanahoria fruta de temporada</p> | <p>ENSALADA DE PATATA CON TOMATE, ACEITUNAS Y ATÚN (4)</p> <p>ROTI DE PAVO AL HORNO</p> <p>BRÓCOLI AL VAPOR</p> <p>YOGUR (7)</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Chuletas de cerdo con mazorca de maíz y ensalada fruta de temporada</p> | <p>PASTA INTEGRAL A LA BOLOÑESA (1,3)</p> <p>TILAPIA AL HORNO (4)</p> <p>ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Pollo al horno con calabaza y patata fruta de temporada</p> | <p>ARROZ CON ZANAHORIA</p> <p>TORTILLA DE QUESO (7)</p> <p>ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Sopa + boquerones en tempura con ensalada fruta de temporada</p> | <p>CREMA DE VERDURAS</p> <p>POLLO A LA MOSTAZA CON PATATA ASADA (10)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Ensalada + pizza casera fruta de temporada</p> |
| LUNES 25 | MARTES 26 | MIÉRCOLES 27 | JUEVES 28 | VIERNES 29 |
| <p>ARROZ INTEGRAL CON SALSA DE TOMATE</p> <p>SALCHICHAS SIN ALÉRGENOS</p> <p>ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Pastel de pescado y puerro con zanahoria baby fruta de temporada</p> | <p>CREMA DE ESPINACAS</p> <p>LOMO EN SALSA</p> <p>PATATA FRITA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Sopa con albondiguillas de pollo y judía verde fruta de temporada</p> | <p>GUISO DE LENTEJAS</p> <p>TORTILLA DE PATATA (3)</p> <p>ENSALADA: TOMATE Y ATÚN (4)</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Bacalao al horno con patata y pisto fruta de temporada</p> | <p>SOPA DE COCIDO (1,3)</p> <p>POLLO HERVIDO CON JUDÍA VERDE, PATATA Y ZANAHORIA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Huevos a la plancha con chips de moniato y ensalada fruta de temporada</p> | <p>POTAJE DE GARBANZOS</p> <p>MERLUZA AL HORNO (4)</p> <p>ENSALADA: ZANAHORIA Y MAÍZ</p> <p>YOGUR (7)</p> <p><i>Sugerencia de cena:</i> Pollo al horno con coliflor y patata</p> |

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacios 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

INFORMACIÓN SOBRE NUESTROS MENÚS:

Acompañamos las comidas con pan y agua. El pan será integral dos veces a la semana.

Las ensaladas están aliñadas con aceite de oliva virgen extra prensado en frío y cocinamos con aceite de oliva o aceite de girasol alto en oleico.

Nuestros yogures no contienen más de 12,3g de azúcar por 100g de producto.

Utilizamos sal yodada y en ocasiones la sustituimos por el uso de especias.

Nuestros caldos son de elaboración casera. En caso que utilizemos, como excepción, algún caldo u otros potenciadores del sabor, se utilizarán las opciones existentes en el mercado con un 25 % reducido en sal.

En ocasiones utilizamos platos tradicionales de las Islas Baleares para mantener nuestras raíces.

En ocasiones introducimos pasta o arroz integral para mejorar el valor nutritivo de nuestros platos.

Intentamos utilizar productos de temporada sobre todo cuando hablamos de fruta y verdura.

En ocasiones combinamos cereal con legumbre para obtener proteína de origen vegetal de alta calidad.

Estamos priorizando utilizar la máxima variedad posible de alimentos de km 0. Los alimentos actuales de Km 0 que utilizamos son: pimiento verde, calabacín, calabaza, berenjena, pepino, acelgas, naranja y perejil.

Utilizamos la legumbre en seco.

***en caso de alergia alimentaria se adaptará el menú siempre que se presente un certificado médico al respecto**

***en caso de dieta astringente o blanda (dolores de barriga, diarreas..) se dará al comensal sopa o puré de zanahoria o arroz con zanahoria de primero y carne blanca o pescado blanco hervido o a la plancha con patata o arroz hervido de segundo. Teniendo en cuenta el menú del día**

*** Se adaptará el menú a aquellos alumnos por motivos éticos o religiosos lo requieran.**

Elaboramos todos los días un 33% más de comida para poder cubrir las necesidades de los alumnos que deseen repetir.

En cumplimiento de la normativa de información al consumidor (reglamento Europeo (EU) 1169/2011), se informa de los alérgenos contenidos en el menú, numerados del 1 al 14.

Para la elaboración de estos menús se ha tenido en cuenta la **normativa vigente del BOIB (decreto 39/2019, del 17 de mayo)** sobre la promoción de la dieta mediterránea en los centros educativos y sanitarios de las Islas Baleares y el Documento Español de Consenso sobre la alimentación en los centros educativos y la **normativa del BOE (Real Decreto 315/2025, de 15 de abril)** por el que se establecen normas de desarrollo de la Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición, para el fomento de una alimentación saludable y sostenible en centros educativos.

| | | | | VIERNES 1 |
|---|---|---|--|--|
| | | | | FESTIVO |
| LUNES 4 | MARTES 5 | MIÉRCOLES 6 | JUEVES 7 | VIERNES 8 |
| FESTIVO | POTAJE DE LENTEJAS SIN TRAZAS DE GLUTEN PAVO ASADO AL HORNO ENSALADA: LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA MUSOLA AL HORNO (4) PATATA AL LIMÓN YOGUR (7) | ARROZ DE PESCADO (4) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: ZANAHORIA RALLADA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA | TREPÓ DE GARBANZOS CON ATÚN (4) (pimiento, tomate y cebolla) POLLO AL AST PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 11 | MARTES 12 | MIÉRCOLES 13 | JUEVES 14 | VIERNES 15 |
| ARROZ A LA MILANESA REVUELTO DE HUEVO (3) ENSALADA: MIXTA FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABACÍN ABADEJO EN SALSA DE TOMATE (4) PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | SOPA SIN GLUTEN POLLO AL HORNO ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE LENTEJAS (pimiento, aceitunas y maíz) ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y VERDURA YOGUR (7) | PASTA SIN GLUTEN A LA CARBONARA (7) LENGUADO AL HORNO CON MAJADO DE AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: TREPÓ FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 18 | MARTES 19 | MIÉRCOLES 20 | JUEVES 21 | VIERNES 22 |
| GUIISO DE ALUBIAS MERLUZA A LA PLANCHA (4) ENSALADA: LECHUGA, PEPINO Y QUESO (7) FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE PATATA CON TOMATE, ACEITUNAS Y ATÚN (4) ROTI DE PAVO AL HORNO BRÓCOLI AL VAPOR YOGUR (7) | PASTA SIN GLUTEN A LA BOLOÑESA TILAPIA AL HORNO (4) ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | ARROZ CON ZANAHORIA TORTILLA DE QUESO (7) ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE VERDURAS POLLO A LA MOSTAZA CON PATATA ASADA (10) FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 25 | MARTES 26 | MIÉRCOLES 27 | JUEVES 28 | VIERNES 29 |
| ARROZ INTEGRAL CON SALSA DE TOMATE SALCHICHAS SIN ALÉRGENOS ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE ESPINACAS LOMO EN SALSA PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | GUIISO DE LENTEJAS SIN TRAZAS DE GLUTEN TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: TOMATE Y ATÚN (4) FRUTA DE TEMPORADA | SOPA SIN GLUTEN (9) POLLO HERVIDO CON JUDÍA VERDE, PATATA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA | POTAJE DE GARBANZOS MERLUZA AL HORNO (4) ENSALADA: ZANAHORIA Y MAÍZ YOGUR (7) |

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacios 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacavetes 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

NO GLUTEN

*** En este menú eliminaremos el GLUTEN. todas nuestras pastas y rebozados serán sin gluten ni huevo. Los rebozados serán CASEROS con MAIZENA y SIN ALÉRGENOS. . Las modificaciones de este menú respecto las del menú BASAL están destacadas en rojo.**

| | | | | VIERNES 1 |
|---|---|---|---|--|
| | | | | FESTIVO |
| LUNES 4 | MARTES 5 | MIÉRCOLES 6 | JUEVES 7 | VIERNES 8 |
| FESTIVO | POTAJE DE LENTEJAS SIN TRAZAS DE GLUTEN PAVO ASADO AL HORNO ENSALADA: LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA MUSOLA AL HORNO (4) PATATA AL LIMÓN YOGUR (7) | ARROZ DE PESCADO (4) LOMO A LA PLANCHA ENSALADA: ZANAHORIA RALLADA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA | TREPÓ DE GARBANZOS CON ATÚN (4) (pimiento, tomate y cebolla) POLLO AL AST PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 11 | MARTES 12 | MIÉRCOLES 13 | JUEVES 14 | VIERNES 15 |
| ARROZ A LA MILANESA PAVO A LA PLANCHA ENSALADA: MIXTA FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABACÍN ABADEJO EN SALSA DE TOMATE (4) PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | SOPA SIN GLUTEN POLLO AL HORNO ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE LENTEJAS (pimiento, aceitunas y maíz) ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y VERDURA YOGUR (7) | PASTA SIN GLUTEN A LA CARBONARA (7) LENGUADO AL HORNO CON MAJADO DE AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: TREPÓ FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 18 | MARTES 19 | MIÉRCOLES 20 | JUEVES 21 | VIERNES 22 |
| GUIISO DE ALUBIAS MERLUZA A LA PLANCHA (4) ENSALADA: LECHUGA, PEPINO Y QUESO (7) FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE PATATA CON TOMATE, ACEITUNAS Y ATÚN (4) ROTI DE PAVO AL HORNO BRÓCOLI AL VAPOR YOGUR (7) | PASTA SIN GLUTEN A LA BOLOÑESA TILAPIA AL HORNO (4) ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | ARROZ CON ZANAHORIA HAMBURGUESA SIN ALÉRGENOS ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE VERDURAS POLLO A LA MOSTAZA CON PATATA ASADA (10) FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 25 | MARTES 26 | MIÉRCOLES 27 | JUEVES 28 | VIERNES 29 |
| ARROZ INTEGRAL CON SALSA DE TOMATE SALCHICHAS SIN ALÉRGENOS ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE ESPINACAS LOMO EN SALSA PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | GUIISO DE LENTEJAS SIN TRAZAS DE GLUTEN PAVO A LA PLANCHA ENSALADA: TOMATE Y ATÚN (4) FRUTA DE TEMPORADA | SOPA SIN GLUTEN (9) POLLO HERVIDO CON JUDÍA VERDE, PATATA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA | POTAJE DE GARBANZOS MERLUZA AL HORNO (4) ENSALADA: ZANAHORIA Y MAÍZ YOGUR (7) |

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacios 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacavetes 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramucos 14 Moluscos

NO HUEVO

* En este menú eliminaremos el HUEVO. todas nuestras pastas y rebozados serán sin gluten ni huevo. Los rebozados serán CASEROS con MAIZENA y SIN ALÉRGENOS. Las modificaciones de este menú respecto las del menú BASAL están destacadas en rojo.

| | | | | VIERNES 1 |
|---|--|---|---|--|
| | | | | FESTIVO |
| LUNES 4 | MARTES 5 | MIÉRCOLES 6 | JUEVES 7 | VIERNES 8 |
| FESTIVO | POTAJE DE LENTEJAS PAVO ASADO AL HORNO ENSALADA: LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA MUSOLA AL HORNO (4) PATATA AL LIMÓN POSTRE DE SOJA (6) O FRUTA | ARROZ DE PESCADO (4) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: ZANAHORIA RALLADA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA | TREMPÓ DE GARBANZOS CON ATÚN (4) (pimiento, tomate y cebolla) POLLO AL AST PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 11 | MARTES 12 | MIÉRCOLES 13 | JUEVES 14 | VIERNES 15 |
| ARROZ A LA MILANESA REVUELTO DE HUEVO (3) ENSALADA: MIXTA FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABACÍN ABADEJO EN SALSA DE TOMATE (4) PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | SOPA DE GARBANZOS CON FIDEOS (1,3) POLLO AL HORNO ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE LENTEJAS (pimiento, aceitunas y maíz) ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y VERDURA POSTRE DE SOJA (6) O FRUTA | PASTA INTEGRAL SALTEADA CON PAVO (1,3) LENGUADO AL HORNO CON MAJADO DE AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: TREMPÓ FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 18 | MARTES 19 | MIÉRCOLES 20 | JUEVES 21 | VIERNES 22 |
| GUIZO DE ALUBIAS MERLUZA A LA PLANCHA (4) ENSALADA: LECHUGA, PEPINO FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE PATATA CON TOMATE, ACEITUNAS Y ATÚN (4) ROTI DE PAVO AL HORNO BRÓCOLI AL VAPOR POSTRE DE SOJA (6) O FRUTA | PASTA INTEGRAL A LA BOLONESA (1,3) TILAPIA AL HORNO (4) ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | ARROZ CON ZANAHORIA TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE VERDURAS POLLO A LA MOSTAZA CON PATATA ASADA (10) FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 25 | MARTES 26 | MIÉRCOLES 27 | JUEVES 28 | VIERNES 29 |
| ARROZ INTEGRAL CON SALSA DE TOMATE SALCHICHAS SIN ALÉRGENOS ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE ESPINACAS LOMO EN SALSA PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | GUIZO DE LENTEJAS TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: TOMATE Y ATÚN (4) FRUTA DE TEMPORADA | SOPA DE COCIDO (1,3) POLLO HERVIDO CON JUDÍA VERDE, PATATA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA | POTAJE DE GARBANZOS MERLUZA AL HORNO (4) ENSALADA: ZANAHORIA Y MAÍZ POSTRE DE SOJA (6) O FRUTA |

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacios 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

NO LACTOSA

* LA PVL es la alergia a la proteína de la leche de la vaca. En este menú se evitarán todos los productos que contengan lactosa y las proteínas de la leche de vaca (betalactoglobulina y caseína) EN CASO QUE EL COMENSAL INTOLERANTE Y/O ALÉRGICO NO PUEDA COMER TERNERA QUE AVISE A COCINA, YA QUE HABRÁ QUE MODIFICAR ALGUNOS PLATOS DEL MENÚ. Las modificaciones de este menú respecto las del menú BASAL están destacadas en rojo.

| | | | | VIERNES 1 |
|--|---|--|--|---|
| | | | | FESTIVO |
| LUNES 4 | MARTES 5 | MIÉRCOLES 6 | JUEVES 7 | VIERNES 8 |
| FESTIVO | SOPA (1,3,9) PAVO ASADO AL HORNO ENSALADA: LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA MUSOLA AL HORNO (4) PATATA AL LIMÓN YOGUR (7) | ARROZ CON ZANAHORIA TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: ZANAHORIA RALLADA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE TOMATE CON ATÚN (4) POLLO AL AST PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 11 | MARTES 12 | MIÉRCOLES 13 | JUEVES 14 | VIERNES 15 |
| ARROZ A LA MILANESA SIN GUISANTES REVUELTO DE HUEVO (3) ENSALADA: MIXTA FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABACÍN ABADEJO EN SALSAS DE TOMATE (4) PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | SOPA (1,3) POLLO AL HORNO ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE TOMATE, ACEITUNAS Y MAÍZ ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y VERDURA SIN GUISANTES NI JUDÍA VERDE YOGUR (7) | PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA (1,3,7) LENGUADO AL HORNO CON MAJADO DE AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: TREPÓ FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 18 | MARTES 19 | MIÉRCOLES 20 | JUEVES 21 | VIERNES 22 |
| PURÉ DE ZANAHORIA MERLUZA A LA PLANCHA (4) ENSALADA: LECHUGA, PEPINO Y QUESO (7) FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE PATATA CON TOMATE, ACEITUNAS Y ATÚN (4) ROTI DE PAVO AL HORNO BRÓCOLI AL VAPOR YOGUR (7) | PASTA INTEGRAL A LA BOLOÑESA (1,3) sin proteína de guisante TILAPIA AL HORNO (4) ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | ARROZ CON ZANAHORIA TORTILLA DE QUESO (7) ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE VERDURAS SIN JUDÍA VERDE NI GUISANTES POLLO A LA MOSTAZA CON PATATA ASADA (10) FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 25 | MARTES 26 | MIÉRCOLES 27 | JUEVES 28 | VIERNES 29 |
| ARROZ INTEGRAL CON SALSAS DE TOMATE SALCHICHAS SIN ALÉRGICOS ni proteína de guisante ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE ESPINACAS LOMO EN SALSAS PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | PASTA SALTEADA CON PAVO (1,3) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: TOMATE Y ATÚN (4) FRUTA DE TEMPORADA | SOPA DE COCIDO (1,3) POLLO HERVIDO SIN JUDÍA VERDE, PATATA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA | PURÉ DE ZANAHORIA MERLUZA AL HORNO (4) ENSALADA: ZANAHORIA Y MAÍZ YOGUR (7) |

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacios 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

NO LEGUMBRE NI JUDÍA VERDE

* En este menú se eliminarán las LEGUMBRES Y JUDÍA VERDE. En el caso que se cambie de proveedor de la pasta y ésta pueda contener trazas de soja, se le daría la pasta sin gluten para evitar las trazas de dicha legumbre. Las modificaciones de este menú respecto las del menú BASAL están destacadas en rojo.

| | | | | VIERNES 1 |
|---|---|---|--|--|
| FESTIVO | | | | |
| LUNES 4 | MARTES 5 | MIÉRCOLES 6 | JUEVES 7 | VIERNES 8 |
| FESTIVO | POTAJE DE LENTEJAS PAVO ASADO AL HORNO ENSALADA: LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA MUSOLA AL HORNO (4) PATATA AL LIMÓN YOGUR (7) | ARROZ DE PESCADO (4) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: ZANAHORIA RALLADA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA | TREMPÓ DE GARBANZOS CON ATÚN (4) (pimiento, tomate y cebolla) POLLO AL AST PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 11 | MARTES 12 | MIÉRCOLES 13 | JUEVES 14 | VIERNES 15 |
| ARROZ A LA MILANESA REVUELTO DE HUEVO (3) ENSALADA: MIXTA FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABACÍN ABADEJO EN SALSA DE TOMATE (4) PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | SOPA DE GARBANZOS CON FIDEOS (1,3) POLLO AL HORNO ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE LENTEJAS (pimiento, aceitunas y maíz) ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y VERDURA YOGUR (7) | PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA (1,3,7) LENGUADO AL HORNO CON MAJADO DE AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: TREMPÓ FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 18 | MARTES 19 | MIÉRCOLES 20 | JUEVES 21 | VIERNES 22 |
| GUIZO DE ALUBIAS MERLUZA REBOZADA (1,2,3,4,7,14) ENSALADA: LECHUGA, PEPINO Y QUESO (7) FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE PATATA CON TOMATE, ACEITUNAS Y ATÚN (4) ROTI DE PAVO AL HORNO BRÓCOLI AL VAPOR YOGUR (7) | PASTA INTEGRAL A LA BOLOÑESA (1,3) TILAPIA AL HORNO (4) ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | ARROZ CON ZANAHORIA TORTILLA DE QUESO (7) ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE VERDURAS POLLO A LA MOSTAZA CON PATATA ASADA (10) FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 25 | MARTES 26 | MIÉRCOLES 27 | JUEVES 28 | VIERNES 29 |
| ARROZ INTEGRAL CON SALSA DE TOMATE SALCHICHAS SIN ALÉRGENOS ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE ESPINACAS LOMO EN SALSA PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | GUIZO DE LENTEJAS TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: TOMATE Y ATÚN (4) FRUTA DE TEMPORADA | SOPA DE COCIDO (1,3) POLLO HERVIDO CON JUDÍA VERDE, PATATA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA | POTAJE DE GARBANZOS MERLUZA AL HORNO (4) ENSALADA: ZANAHORIA Y MAÍZ YOGUR (7) |

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacios 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

NO FRUTOS SECOS

* ESTE MENÚ NO CONTIENE FRUTOS SECOS EN NINGUNA DE SUS PREPARACIONES. Las modificaciones de este menú respecto las del menú BASAL están destacadas en rojo..

| | | | | VIERNES 1 |
|--|--|---|--|--|
| | | | | FESTIVO |
| LUNES 4 | MARTES 5 | MIÉRCOLES 6 | JUEVES 7 | VIERNES 8 |
| FESTIVO | POTAJE DE LENTEJAS PAVO ASADO AL HORNO ENSALADA: LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA POLLO A LA PLANCHA PATATA AL LIMÓN YOGUR (7) | ARROZ CON ZANAHORIA TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: ZANAHORIA RALLADA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA | TREMPÓ DE GARBANZOS SIN ATÚN (pimiento, tomate y cebolla) POLLO AL AST PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 11 | MARTES 12 | MIÉRCOLES 13 | JUEVES 14 | VIERNES 15 |
| ARROZ A LA MILANESA REVUELTO DE HUEVO (3) ENSALADA: MIXTA FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABACÍN HAMBURGUESA SIN ALÉRGENOS PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | SOPA DE GARBANZOS CON FIDEOS (1,3) POLLO AL HORNO ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE LENTEJAS (pimiento, aceitunas y maíz) ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y VERDURA YOGUR (7) | PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA (1,3,7) PAVO A LA PLANCHA ENSALADA: TREMPÓ FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 18 | MARTES 19 | MIÉRCOLES 20 | JUEVES 21 | VIERNES 22 |
| GUIZO DE ALUBIAS TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA: LECHUGA, PEPINO Y QUESO (7) FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE PATATA CON TOMATE, ACEITUNAS SIN ATÚN ROTI DE PAVO AL HORNO BRÓCOLI AL VAPOR YOGUR (7) | PASTA INTEGRAL A LA BOLONESA (1,3) HAMBURGUESA SIN ALÉRGENOS ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | ARROZ CON ZANAHORIA TORTILLA DE QUESO (7) ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE VERDURAS POLLO A LA MOSTAZA CON PATATA ASADA (10) FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 25 | MARTES 26 | MIÉRCOLES 27 | JUEVES 28 | VIERNES 29 |
| ARROZ INTEGRAL CON SALSAS DE TOMATE SALCHICHAS SIN ALÉRGENOS ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE ESPINACAS LOMO EN SALSAS PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | GUIZO DE LENTEJAS TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | SOPA DE COCIDO (1,3) POLLO HERVIDO CON JUDÍA VERDE, PATATA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA | POTAJE DE GARBANZOS PAVO A LA PLANCHA ENSALADA: ZANAHORIA Y MAÍZ YOGUR (7) |

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacios 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

NO PESCADO NI MARISCO

*** ESTE MENÚ NO CONTIENE PESCADO NI MARISCO NI CRUSTACEOS EN NINGUNA DE SUS PREPARACIONES. Las modificaciones de este menú respecto las del menú BASAL están destacadas en rojo.**

| | | | | VIERNES 1 |
|--|---|--|--|---|
| | | | | FESTIVO |
| LUNES 4 | MARTES 5 | MIÉRCOLES 6 | JUEVES 7 | VIERNES 8 |
| FESTIVO | POTAJE DE LENTEJAS PAVO ASADO AL HORNO ENSALADA: LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA MUSOLA AL HORNO (4) PATATA AL LIMÓN YOGUR (7) | ARROZ DE PESCADO (4) TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: ZANAHORIA RALLADA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA | GARBANZOS ALIÑADOS POLLO AL AST PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 11 | MARTES 12 | MIÉRCOLES 13 | JUEVES 14 | VIERNES 15 |
| ARROZ A LA MILANESA REVUELTO DE HUEVO (3) ENSALADA: MIXTA SIN TOMATE FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABACÍN ABADEJO AL HORNO SIN SALSA (4) PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | SOPA DE GARBANZOS CON FIDEOS (1,3) POLLO AL HORNO ENSALADA: CANÓNIGOS FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE LENTEJAS (pimiento, aceitunas y maíz) ESTOFADO DE CERDO CON PATATA Y VERDURA YOGUR (7) | PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA (1,3,7) LENGUADO AL HORNO CON MAJADO DE AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: PEPINO FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 18 | MARTES 19 | MIÉRCOLES 20 | JUEVES 21 | VIERNES 22 |
| GUIZO DE ALUBIAS MERLUZA REBOZADA (1,2,3,4,7,14) ENSALADA: LECHUGA, PEPINO Y QUESO (7) FRUTA DE TEMPORADA | ENSALADA DE PATATA SIN TOMATE , ACEITUNAS Y ATÚN (4) ROTI DE PAVO AL HORNO BRÓCOLI AL VAPOR YOGUR (7) | PASTA INTEGRAL SALTEADA CON PAVO (1,3) TILAPIA AL HORNO (4) ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | ARROZ CON ZANAHORIA TORTILLA DE QUESO (7) ENSALADA: CANÓNIGOS FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE VERDURAS POLLO A LA MOSTAZA CON PATATA ASADA (10) FRUTA DE TEMPORADA |
| LUNES 25 | MARTES 26 | MIÉRCOLES 27 | JUEVES 28 | VIERNES 29 |
| ARROZ INTEGRAL CON ZANAHORIA SALCHICHAS SIN ALÉRGENOS ENSALADA: LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE ESPINACAS LOMO EN SALSA PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA | GUIZO DE LENTEJAS TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA: LECHUGA Y ATÚN (4) FRUTA DE TEMPORADA | SOPA DE COCIDO (1,3) POLLO HERVIDO CON JUDÍA VERDE, PATATA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA | POTAJE DE GARBANZOS MERLUZA AL HORNO (4) ENSALADA: ZANAHORIA Y MAÍZ YOGUR (7) |

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustacios 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dioxido de sofre, sulfitos 13 Altramuces 14 Moluscos

NO TOMATE

* En este menú eliminaremos el GLUTEN. todas nuestras pastas y rebozados serán sin gluten ni huevo. Los rebozados serán CASEROS con MAIZENA y SIN ALÉRGENOS. . Las modificaciones de este menú respecto las del menú BASAL están destacadas en rojo.