

MENÚS ADAPTADOS A LA NUEVA NORMATIVA DE COMEDORES ESCOLARES
BOE (Real Decreto 315/2025, de 15 de abril)

FRUTA Y VERDURA DE TEMPORADA SEGÚN CALENDARIO (APEMA): BERENJENA, CAQUI, CALABAZA, CALABACÍN, LIMÓN, MELOCOTÓN, JUDÍA VERDE, NECTARINA, PIMIENTO, PERA, MANZANA, CIRUELA, UVA, SANDÍA Y TOMATE				
			JUEVES 10	VIERNES 11
			CREMA DE CALABAZA Y MANZANA MUSLOS DE POLLO AL AST CON ROMERO Y LIMÓN PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Salmón con arroz y ensalada de tomate + fruta	ENSALADA DE PASTA : tomate, maíz y aceitunas (1,3) TORTILLA DE PATATA (3) BRÓCOLI AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Hamburguesa con chips de moniato y judía verde + fruta
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (1,3) MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Pollo al horno con patata , tomate, calabacín y cebolla + fruta	ENSALADA DE ALUBIA ROJA: tomate, aceitunas negras y atún (4) LOMO EN SALSA PATATAS A LO POBRE YOGUR NATURAL (7) O FRUTA <i>Sugerencia de cena:</i> Crema de verduras + "pa amb oli de queso" + fruta	ARROZ MILANESA REVUELTO DE HUEVO (3) ENSALADA: LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Sopa de fideos con rape y verduras + fruta	CREMA DE CALABACÍN HAMBURGUESA AL HORNO PATATA AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Tortilla de patata con ensalada + fruta	ENSALADA DE PAVO : lechuga juliana, pavo y tomate GUISO DE LENTEJAS CON ARROZ (tr: 1) FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Lomo a la plancha con mazorca de maíz y pepino + fruta
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
ARROZ TRES DELICIAS: zanahoria, jamón y maíz TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3) ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Crema de calabaza + salmón a la plancha con guisantes + fruta	POTAJE DE LENTEJAS (tr: 1) NUGGETS DE POLLO (1,6,9) ENSALADA: LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Judía verde con patata + huevo duro + yogur	PURÉ VERDE DE VERDURAS DE TEMPORADA LENGUADO AL HORNO CON PIMENTÓN (4) PATATA AL LIMÓN FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Salchichas con arroz y champiñones + fruta	ENSALADA CON ATÚN Y HUEVO: lechuga juliana, tomate, atún y huevo (3,4) GARBANZOS CON SALSA DE TOMATE Y ARROZ FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Pavo al horno con moniato y ensalada + fruta	PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA (1,3,7) MERLUZA AL HORNO CON PICADA DE AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA DE TOMATE YOGUR NATURAL (7) O FRUTA <i>Sugerencia de cena:</i> Huevos fritos con chips de berenjena y pan + fruta
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
PURÉ DE GUISANTES ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Cuscús con verduras + boquerones rebozados + fruta	PASTA INTEGRAL CON SALSA DE CALABAZA (calabaza, cebolla, puerro y tomate) (1,3) TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA: LECHUGA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Crema de calabacín + costillitas de cerdo al horno con patata + fruta	TREMPÓ DE GARBANZOS MUSOLA A LA PLANCHA (4) PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA <i>Sugerencia de cena:</i> Sopa + pollo con brócoli + fruta		

MENÚS ADAPTADOS A LA NUEVA NORMATIVA DE COMEDORES ESCOLARES
BOE (Real Decreto 315/2025, de 15 de abril)

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

INFORMACIÓN SOBRE NUESTROS MENÚS (INFORMACIÓN ADAPTADA A LA NUEVA NORMATIVA DE COMEDORES ESCOLARES):

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 son naturales sin azúcares añadidos.

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

Nuestros caldos son de elaboración casera. En caso que utilicemos, 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.

Introducimos pasta o arroz integral para mejorar el valor nutritivo de nuestros platos 4 veces al mes siempre y cuando el mes sea de 4 semanas o más..

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

1 vez a la semana introducimos proteína de origen vegetal de segundo plato, destacados en el texto con color verde. 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, sandía 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, también se adaptará el menú por motivos éticos o religiosos.**

***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 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, la normativa 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.

FRUTA Y VERDURA DE TEMPORADA SEGÚN CALENDARIO (APEMA): BERENJENA, CAQUI, CALABAZA, CALABACÍN, LIMÓN, MELOCOTÓN, JUDÍA VERDE, NECTARINA, PIMIENTO, PERA, MANZANA, CIRUELA, UVA, SANDÍA Y TOMATE

			JUEVES 10	VIERNES 11
			CREMA DE CALABAZA Y MANZANA MUSLOS DE POLLO AL AST CON ROMERO Y LIMÓN PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE PASTA SIN GLUTEN : tomate, maíz y aceitunas TORTILLA DE PATATA (3) BRÓCOLI AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PASTA SIN GLUTEN A LA NAPOLITANA MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE ALUBIA ROJA: tomate, aceitunas negras y atún (4) LOMO EN SALSA PATATAS A LO POBRE YOGUR NATURAL (7) O FRUTA	ARROZ MILANESA REVUELTO DE HUEVO (3) ENSALADA: LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CALABACÍN HAMBURGUESA AL HORNO PATATA AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE PAVO : lechuga juliana, pavo y tomate GUISO DE LENTEJAS CON ARROZ SIN TRAZAS DE GLUTEN FRUTA DE TEMPORADA
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
ARROZ TRES DELICIAS: zanahoria, jamón y maíz TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3) ENSALADA: CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	POTAJE DE LENTEJAS SIN TRAZAS DE GLUTEN POLLO REBOZADO SIN ALÉRGENOS ENSALADA: LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA DE TEMPORADA	PURÉ VERDE DE VERDURAS DE TEMPORADA LENGUADO AL HORNO CON PIMENTÓN (4) PATATA AL LIMÓN FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA CON ATÚN Y HUEVO: lechuga juliana, tomate, atún y huevo (3,4) GARBANZOS CON SALSA DE TOMATE Y ARROZ FRUTA DE TEMPORADA	PASTA SIN GLUTEN SALTEADA CON ACEITE Y ORÉGANO MERLUZA AL HORNO CON PICADA DE AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA DE TOMATE YOGUR NATURAL (7) O FRUTA
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
PURÉ DE GUISANTES ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA	PASTA SIN GLUTEN CON SALSA DE CALABAZA (calabaza, cebolla, puerro y tomate) TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA: LECHUGA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	TREMPÓ DE GARBANZOS MUSOLA A LA PLANCHA (4) PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA		

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustáceos 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dióxido de sobre, 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. En ocasiones puede haber algun cambio de menú para unificar las alérgias en cocina. (Gracias de antemano por su comprensión)

FRUTA Y VERDURA DE TEMPORADA SEGÚN CALENDARIO (APEMA): BERENJENA, CAQUI, CALABAZA, CALABACÍN, LIMÓN, MELOCOTÓN, JUDÍA VERDE, NECTARINA, PIMIENTO, PERA, MANZANA, CIRUELA, UVA, SANDÍA Y TOMATE

			JUEVES 10	VIERNES 11
			CREMA DE CALABAZA Y MANZANA MUSLOS DE POLLO AL AST CON ROMERO Y LIMÓN PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE PASTA SIN GLUTEN : tomate, maíz y aceitunas LOMO A LA PLANCHA BRÓCOLI AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PASTA SIN GLUTEN A LA NAPOLITANA MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA: LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE ALUBIA ROJA: tomate, aceitunas negras y atún (4) LOMO EN SALSA PATATAS A LO POBRE YOGUR NATURAL (7) O FRUTA	ARROZ MILANESA POLLO A LA PLANCHA ENSALADA: LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CALABACÍN HAMBURGUESA AL HORNO PATATA AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE PAVO : lechuga juliana, pavo y tomate GUISO DE LENTEJAS CON ARROZ (tr: 1) FRUTA DE TEMPORADA
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
ARROZ TRES DELICIAS: zanahoria, jamón y maíz HAMBURGUESA A LA PLANCHA ENSALADA: CANÓNICOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	POTAJE DE LENTEJAS (tr: 1) POLLO REBOZADO SIN ALÉRGICOS ENSALADA: LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA DE TEMPORADA	PURÉ VERDE DE VERDURAS DE TEMPORADA LENGUADO AL HORNO CON PIMENTÓN (4) PATATA AL LIMÓN FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE PAVO : lechuga juliana, pavo y tomate GARBANZOS CON SALSA DE TOMATE Y ARROZ FRUTA DE TEMPORADA	PASTA SIN GLUTEN SALTEADA CON ACEITE Y ORÉGANO MERLUZA AL HORNO CON PICADA DE AJO Y PEREJIL (4) ENSALADA DE TOMATE YOGUR NATURAL (7) O FRUTA
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
PURÉ DE GUISANTES ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA	PASTA SIN GLUTEN CON SALSA DE CALABAZA (calabaza, cebolla, puerro y tomate) POLLO A LA PLANCHA ENSALADA: LECHUGA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	TREMPÓ DE GARBANZOS MUSOLA A LA PLANCHA (4) PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA		

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustáceos 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dióxido de sobre, sulfitos 13 Altramuces 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 ALÉRGICOS. Las modificaciones de este menú respecto las del menú BASAL están destacadas en rojo. En ocasiones puede haber algún cambio de menú para unificar las alergias en cocina. (Gracias de antemano por su comprensión)

FRUTA Y VERDURA DE TEMPORADA SEGÚN CALENDARIO (APEMA): BERENJENA, CAQUI, CALABAZA, CALABACÍN, LIMÓN, MELOCOTÓN, JUDÍA VERDE, NECTARINA, PIMIENTO, PERA, MANZANA, CIRUELA, UVA, SANDÍA Y TOMATE

			JUEVES 10	VIERNES 11
			CREMA DE CALABAZA Y MANZANA	ENSALADA DE PASTA : tomate, maíz y aceitunas (1,3)
			MUSLOS DE POLLO AL AST CON ROMERO Y LIMÓN	TORTILLA DE PATATA (3)
			PATATA FRITA	BRÓCOLI AL VAPOR
			FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (1,3)	ENSALADA DE ALUBIA ROJA: tomate, aceitunas negras y atún (4)	ARROZ MILANESA	CREMA DE CALABACÍN	ENSALADA DE PAVO : lechuga juliana, pavo y tomate
MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL (4)	LOMO EN SALSAS	REVUELTO DE HUEVO (3)	HAMBURGUESA AL HORNO	GUISO DE LENTEJAS CON ARROZ (tr: 1)
ENSALADA: LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ	PATATAS A LO POBRE	ENSALADA: LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	PATATA AL HORNO	FRUTA DE TEMPORADA
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
ARROZ TRES DELICIAS: zanahoria, jamón y maíz	POTAJE DE LENTEJAS (tr: 1)	PURÉ VERDE DE VERDURAS DE TEMPORADA	ENSALADA CON ATÚN Y HUEVO: lechuga juliana, tomate, atún y huevo (3,4)	PASTA SIN GLUTEN SALTEADA CON ACEITE Y ORÉGANO
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3)	POLLO REBOZADO SIN ALÉRGICOS	LENGUADO AL HORNO CON PIMENTÓN (4)	GARBANZOS CON SALSAS DE TOMATE Y ARROZ	MERLUZA AL HORNO CON PICADA DE AJO Y PEREJIL (4)
ENSALADA: CANÓNICOS Y TOMATE	ENSALADA: LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA	PATATA AL LIMÓN	FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE TOMATE
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
PURÉ DE GUISANTES	PASTA INTEGRAL CON SALSAS DE CALABAZA (calabaza, cebolla, puerro y tomate) (1,3)	TREMPÓ DE GARBANZOS		
ALBÓNDIGAS CON SALSAS DE TOMATE	TORTILLA FRANCESA (3)	MUSOLA A LA PLANCHA (4)		
ARROZ	ENSALADA: LECHUGA Y MAÍZ	PATATA FRITA		
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA		

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

NO LACTOSA NI PVL

* 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. En ocasiones puede haber algun cambio de menú para unificar las alérgias en cocina. (Gracias de antemano por su comprensión)

FRUTA Y VERDURA DE TEMPORADA SEGÚN CALENDARIO (APEMA): BERENJENA, CAQUI, CALABAZA, CALABACÍN, LIMÓN, MELOCOTÓN, JUDÍA VERDE, NECTARINA, PIMIENTO, PERA, MANZANA, CIRUELA, UVA, SANDÍA Y TOMATE

			JUEVES 10	VIERNES 11
			CREMA DE CALABAZA Y MANZANA	ENSALADA DE PASTA : tomate, maíz y aceitunas (1,3)
			MUSLOS DE POLLO AL AST CON ROMERO Y LIMÓN	TORTILLA DE PATATA (3)
			PATATA FRITA	BRÓCOLI AL VAPOR
			FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (1,3)	ENSALADA DE : tomate, aceitunas negras y atún (4)	ARROZ CON ZANAHORIA	CREMA DE CALABACÍN	ENSALADA DE PAVO : lechuga juliana, pavo y tomate
MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL (4)	LOMO EN SALSA	REVUELTO DE HUEVO (3)	HAMBURGUESA AL HORNO (sin trazas de soja ni proteína de guisante)	GUISO DE HUEVO DURO CON ARROZ
ENSALADA: LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ	PATATAS A LO POBRE	ENSALADA: LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	PATATA AL HORNO	FRUTA DE TEMPORADA
FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7) O FRUTA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
ARROZ TRES DELICIAS: zanahoria, jamón y maíz	SOPA SIN GLUTEN	PURÉ VERDE DE VERDURAS DE TEMPORADA	ENSALADA CON ATÚN Y HUEVO: lechuga juliana, tomate, atún y huevo (3,4)	PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA (1,3,7)
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3)	POLLO REBOZADO SIN ALÉRGICOS	LENGUADO AL HORNO CON PIMENTÓN (4)	LOMO PLANCHA CON SALSA DE TOMATE Y ARROZ	MERLUZA AL HORNO CON PICADA DE AJO Y PEREJIL (4)
ENSALADA: CANÓNICOS Y TOMATE	ENSALADA: LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA	PATATA AL LIMÓN	FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE TOMATE
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7) O FRUTA
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
CREMA DE CALABACÍN	PASTA INTEGRAL CON SALSA DE CALABAZA (calabaza, cebolla, puerro y tomate) (1,3)	PURÉ DE ZANAHORIA		
ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE (sin trazas de soja ni proteína de guisante)	TORTILLA FRANCESA (3)	MUSOLA A LA PLANCHA (4)		
ARROZ	ENSALADA: LECHUGA Y MAÍZ	PATATA FRITA		
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA		

Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustáceos 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dióxido de sobre, 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. En ocasiones puede haber algún cambio de menú para unificar las alergias en cocina. (Gracias de antemano por su comprensión)

FRUTA Y VERDURA DE TEMPORADA SEGÚN CALENDARIO (APEMA): BERENJENA, CAQUI, CALABAZA, CALABACÍN, LIMÓN, MELOCOTÓN, JUDÍA VERDE, NECTARINA, PIMIENTO, PERA, MANZANA, CIRUELA, UVA, SANDÍA Y TOMATE				
			JUEVES 10	VIERNES 11
			CREMA DE CALABAZA Y MANZANA	ENSALADA DE PASTA : tomate, maíz y aceitunas (1,3)
			MUSLOS DE POLLO AL AST CON ROMERO Y LIMÓN	TORTILLA DE PATATA (3)
			PATATA FRITA	BRÓCOLI AL VAPOR
			FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (1,3)	ENSALADA DE ALUBIA ROJA: tomate, aceitunas negras y atún (4)	ARROZ MILANESA	CREMA DE CALABACÍN	ENSALADA DE PAVO : lechuga juliana, pavo y tomate
MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL (4)	LOMO EN SALSA	REVUELTO DE HUEVO (3)	HAMBURGUESA AL HORNO	GUISO DE LENTEJAS CON ARROZ (tr: 1)
ENSALADA: LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ	PATATAS A LO POBRE	ENSALADA: LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA	PATATA AL HORNO	
FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7) O FRUTA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
ARROZ TRES DELICIAS: zanahoria, jamón y maíz	POTAJE DE LENTEJAS (tr: 1)	PURÉ VERDE DE VERDURAS DE TEMPORADA	ENSALADA CON ATÚN Y HUEVO: lechuga juliana, tomate, atún y huevo (3,4)	PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA (1,3,7)
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3)	POLLO REBOZADO SIN ALÉRGENOS	LENGUADO AL HORNO CON PIMENTÓN (4)	GARBANZOS CON SALSA DE TOMATE Y ARROZ	MERLUZA AL HORNO CON PICADA DE AJO Y PEREJIL (4)
ENSALADA: CANÓNICOS Y TOMATE	ENSALADA: LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA	PATATA AL LIMÓN		ENSALADA DE TOMATE
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA		YOGUR NATURAL (7) O FRUTA
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
PURÉ DE GUISANTES	PASTA INTEGRAL CON SALSA DE CALABAZA (calabaza, cebolla, puerro y tomate) (1,3)	TREMPÓ DE GARBANZOS		
ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE	TORTILLA FRANCESA (3)	MUSOLA A LA PLANCHA (4)		
ARROZ	ENSALADA: LECHUGA Y MAÍZ	PATATA FRITA		
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA		
Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustáceos 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dióxido de sobre, 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. En ocasiones puede haber algun cambio de menú para unificar las alergias en cocina. (Gracias de antemano por su comprensión)				

FRUTA Y VERDURA DE TEMPORADA SEGÚN CALENDARIO (APEMA): BERENJENA, CAQUI, CALABAZA, CALABACÍN, LIMÓN, MELOCOTÓN, JUDÍA VERDE, NECTARINA, PIMIENTO, PERA, MANZANA, CIRUELA, UVA, SANDÍA Y TOMATE

			JUEVES 10	VIERNES 11
			CREMA DE CALABAZA Y MANZANA MUSLOS DE POLLO AL AST CON ROMERO Y LIMÓN PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE PASTA : tomate, maíz y aceitunas (1,3) TORTILLA DE PATATA (3) BRÓCOLI AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PASTA INTEGRAL A LA NAPOLITANA (1,3) POLLO A LA PLANCHA ENSALADA: LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE ALUBIA ROJA SIN ATÚN : tomate, aceitunas negras LOMO EN SALSA PATATAS A LO POBRE YOGUR NATURAL (7) O FRUTA	ARROZ MILANESA REVUELTO DE HUEVO (3) ENSALADA: LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CALABACÍN HAMBURGUESA AL HORNO PATATA AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE PAVO : lechuga juliana, pavo y tomate GUISO DE LENTEJAS CON ARROZ (tr: 1) FRUTA DE TEMPORADA
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
ARROZ TRES DELICIAS: zanahoria, jamón y maíz TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3) ENSALADA: CANÓNICOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	POTAJE DE LENTEJAS (tr: 1) NUGGETS DE POLLO (1,6,9) ENSALADA: LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA DE TEMPORADA	PURÉ VERDE DE VERDURAS DE TEMPORADA HAMBURGUESA A LA PLANCHA PATATA AL LIMÓN FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE PAVO : lechuga juliana, pavo y tomate GARBANZOS CON SALSA DE TOMATE Y ARROZ FRUTA DE TEMPORADA	PASTA INTEGRAL A LA CARBONARA (1,3,7) POLLO A LA PLANCHA ENSALADA DE TOMATE YOGUR NATURAL (7) O FRUTA
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
PURÉ DE GUISANTES ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA	PASTA INTEGRAL CON SALSA DE CALABAZA (calabaza, cebolla, puerro y tomate) (1,3) TORTILLA FRANCESA (3) ENSALADA: LECHUGA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	TREMPÓ DE GARBANZOS POLLO A LA PLANCHA PATATA FRITA FRUTA DE TEMPORADA		
Información sobre el Reglamento de alérgenos 1169/2011, 13 de Diciembre 2014: 1 Gluten 2 Crustáceos 3 Huevo 4 Pescado 5 Cacahuets 6 Soja 7 Leche y derivados, 8 Frutos secos con cáscara 9 Apio 10 Mostaza 11 Sésamo 12 Dióxido de sobre, 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. En ocasiones puede haber algun cambio de menú para unificar las alergias en cocina. (Gracias de antemano por su comprensión)				