

MENÚ ALERGIAS MARZO 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7
SEMANA BLANCA		Lentejas con verduras Fletan con tomate y ensalada mixta Pan integral-mandarina-leche	Coliflor gratinada Pollo asado con ensalada de tomate. Pan-pera-leche	Paella de pescado Boquerones con ensalada de maíz Pan-zumo-leche
		LEG: CREMA DE VERDURAS PES: PAVO CON ENSALADA	APLV: COLIFLOR REHOGADA	PES: PAELLA POLLO Y TORTILLA CEL: PESCADO SIN REBOZAR HUE: PESCADO SIN REBOZ.
10	11	12	13	14
Arroz con tomate, salchichas, huevos y beicon. Ensalada de atún Pan-manzana-leche	Potaje de garbanzos (bacalao y huevo) Lomo de cerdo con ensalada de zanahorias. Pan-mandarina-leche	Espaguetis boloñesa Merluza al horno con ensalada mixta Pan integral-pera-leche	Lentejas estofadas Hamburguesa casera con ensalada de lechuga. Pan-yogur-Fruta	Judías verdes con tomate Tortilla de patatas ensalada de atún Pan-plátano-zumo
HUE: SIN HUEVO PES: ENSALADA MIXTA	PES: GARBANZOS CON VERDURAS LEG: CREMA DE VERDURAS HUE: POTAJE SIN HUEVO	CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: POLLO CON ENSALADA	CEL: HAMBURGUESA SIN GLUTEN HUE: HAMBURGUESA SIN HUEVO LEG: ARROZ CON VERDURAS	HUE: PESCADO
17	18	19	20	21
Macarrones carbonara Palometa con ensalada de maíz Pan-manzana-leche	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo y tomate. Pan-yogur-leche	Crema de verduras Escalopes de pollo y ensalada mixta Pan integral-mandarina-leche	Judías blancas estofadas Tortilla de patatas con calabacín y con ensalada de maíz. Pan-plátano-leche	Arroz con tomate Boquerones en tempura con ensalada tomate. Pan-zumo-fruta-leche
CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: POLLO CON ENSALADA APLV: PASTA CON SALSA DE TOMATE	LEG: CARNE Y VERDURAS CEL: FIDEOS SIN GLUTEN	APLV: CREMA SIN LACTEOS CEL: REBOZ SIN GLUTEN HUE: REBOZ SIN HUEVO	HUE: POLLO LEG: PASTA CON VERDURAS	CEL: PESCADO SIN REBOZ HUE: PESCADO SIN REBOZ
24	25	26	27	28
Patatas guisadas con costillas Rabas de calamar con ensalada de remolacha. Pan-mandarina-leche	Judías verdes con tomate Albóndigas jardinera con patatas dado. Pan-manzana-leche	Lentejas con chorizo Merluza con tomate y ensalada mixta Pan integral-plátano-leche	Macarrones con atún Magro guisado con ensalada de zanahoria. Pan-naranja-leche	Puré de verduras y garbanzos Tortilla francesa de atún con ensalada mixta. Pan-yogur-fruta
CEL: PESCADO SIN REBOZ.	CEL: ALBONDIGAS SIN GLUTEN HUE: ALBÓNDIGAS SIN HUEVO	LEG: CREMA DE CALABACÍN PES: LOMO DE CERDO	CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: PASTA CON JAMÓN	LEG: PURÉ DE VERDURAS HUE: ATÚN CON TOMATE
31				
FIDEÚA MIXTA Sajonia a la plancha con ensalada de remolacha. Pan-plátano-leche	  Todos los menús contienen pan y leche o lácteo y agua procedente de la Red Pública. INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR SOBRE LA PRESENCIA DE ALÉRGENOS SEGÚN REGLAMENTO 1169/2011			
CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: FIDEÚA SIN PESCADO	LEYENDA: CEL: CELIACOS. LEG: ALERGIA A LA LEGUMBRE. PES: ALERGIA AL PESCADO. HUE: ALERGIA AL HUEVO. APLV: ALERGIA LECHE/LACTOSA. EXCLUIDOS DEL MENÚ FRUTOS SECOS Y FRUTAS DE PELO			

Valorado por: C. Gema Benito Fernández.
Técnico Nutrición. CENEQ