

MENÚ ALERGIAS MAYO 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Día 5	Día 6	Día 7	Día 8	Día 9
Ensalada de pasta Merluza en salsa con ensalada de maíz. Pan-manzana-leche	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo. Pan-yogur-fruta de temporada	Paella mixta Empanadillas de atún con ensalada. Pan Integral-pera-leche	Alubias blancas con chorizo Tortilla de queso con ensalada de zanahorias. Pan-fresas-leche	Crema de verduras Costillas asadas con ensalada de atún Pan-Fruta de temporada-zumos
CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: FILETE DE POLLO	LEG: CARNE Y VERDURAS CEL: FIDEOS SIN GLUTEN	PES: PAELLA POLLO Y HUEVO CEL: ATÚN CON TOMATE HUE: ATÚN CON TOMATE.	LEG: PASTA CON CHORIZO HUE:FILETE DE POLLO	PES: ENSALADA MIXTA
Día 12	Día 13	Día 14	Día 15	Día 16
Espaguetis a la carbonara Salmón al horno con ensalada de zanahorias Pan-manzana-leche	Judías verdes con tomate Hamburguesa casera con patatas fritas Pan-fresas-leche	Ensalada de garbanzos Jamoncitos de pollo con ensalada de remolacha. Pan integral-yogur-fruta de temporada	Arroz con tomate, huevos, salchichas y beicon Ensalada de atún Pan-plátano-leche	Lentejas castellanas Buñuelos de bacalao con ensalada de zanahorias. Pan-pera-leche
CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: PAVO CON ENSALADA APLV: PASTA CON SALSA DE TOMATE	CEL: HAMBURGUESA SIN GLUTEN HUE: HAMBURGUESA SIN HUEVO	LEG: CREMA DE VERDURAS PES: ENSALADA SIN PESCADO	HUE: SIN HUEVO PES: ENSALADA MIXTA	LEG: CREMA DE VERDURAS VARIADAS CEL: PESCADO SIN REBOZAR HUE: PESCADO SIN REBOZ
Día 19	Día 20	Día 21	Día 22	Día 23
Arroz tres delicias Palometa con tomate y ensalada de maíz. Pan-manzana-leche	Crema de verduras variadas Albóndigas en salsa y ensalada de atún Pan-fresas-leche	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo. Pan integral-yogur-fruta de temporada	Patatas con costillas Rabas de calamar con ensalada Pan-pera-leche	Ensalada de alubias blancas Huevos rellenos con ensalada variada Pan-fruta variada-zumo
HUE: ARROZ SIN HUEVO PES: POLLO CON ENSALADA	CEL: ALBONDIGAS SIN GLUTEN HUE: ALBÓNDIGAS SIN HUEVO	LEG: CARNE Y VERDURAS CEL: FIDEOS SIN GLUTEN	CEL: PESCADO SIN REBOZ	HUE: ATÚN CON TOMATE
Día 26	Día 27	Día 28	Día 29	Día 30
Ensalada de pasta Fletán al horno con ensalada de maíz. Pan-manzana-leche	Arroz con tomate, huevos, salchichas y beicon. Ensalada de atún. Pan-plátano-leche	Lentejas a la jardinera Boquerones en tempura con ensalada de zanahorias Pan integral-pera-leche	Puré de verduras y garbanzos Pollo asado con patatas fritas Pan-melón-leche	Ensaladilla rusa Escalopes con ensalada de remolacha. Pan integral-yogur-fruta
CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: ENSALADA SIN PESCADO Y CHULETA DE PAVO	HUE: SIN HUEVO PES: ENSALADA MIXTA	LEG: CREMA DE VERDURAS CEL: PESCADO AZUL SIN REBOZAR HUE: PESCADO AZUL SIN REBOZ.	LEG: PURÉ DE VERDURAS SIN GARBANZOS	PES: ENSALADILLA SIN PESCADO HUE: ENSALADILLA SIN HUEVO Y REBOZ SIN HUEVO CEL: REBOZ. SIN GLUTEN

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

Todos los menús contienen pan y leche o lácteo y agua procedente de la Red Pública. Valorado por: C. Gema Benito Fernández. Técnico Nutrición. CENEO