

MENÚ ALERGIAS ENERO 2026

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|--|---|--|---|
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| ¡Feliz Año Nuevo! | | | Macarrones con atún San Jacobo con ensalada de remolacha Pan-pera-leche | Judías verdes con patatas y zanahorias Pollo asado con ensalada de tomate. Pan integral-manzana-leche |
| | | | CEL: PASTA SIN GLUTEN Y SAN JACOBO SON GLUTEN PES: PASTA CON CARNE AH: SAN JACOBO SIN HUEVO APLV: SAN JACOBO SIN QUESO | |
| | | | 719Kcal. 30g Prot. 98g HC. 23g Líp | 640Kcal. 23g Prot. 92g HC. 20g Líp. |
| | | | | |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| Patatas guisadas con costillas Boquerones tempuracon ensalada de maíz. Pan-pera-leche | Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo. Pan-yogur-leche | Coliflor gratinada Hamburguesa casera con ensalada de atún. Pan integral-manzana-leche | Macarrones con tomate y beicon Merluza al horno con ensalada mixta Pan-mandarina-leche | Lentejas estofadas Huevos rellenos de atún con ensalada de maíz. Pan integral-plátano-leche |
| CEL: PESCADO SIN REBOZ. HUE: PESCADO SIN REBOZ. | CEL: FIDEOS SIN GLUTEN LEG: CARNE Y VERDURAS | APLV: COLIFLOR REHOGADA | CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: POLLO CON ENSALADA | LEG: CREMA DE VERDURAS HUE: POLLO CON ENSALADA PES: HUEVO COCIDO |
| 644Kcal. 35g Prot. 83g HC. 21g Líp. | 558Kcal. 32g Prot. 80g HC. 14g Líp. | 509Kcal. 26g Prot.64g HC. 16g Líp. | 597 Kcal. 40g Prot. 61g HC. 23g Líp | 674Kcal. 29g Prot. 90g HC. 22g Líp. |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| Espaguetis carbonara Fletán empanado con ensalada de maíz. Pan-manzana-leche | Crema de zanahorias Pechuga de pollo en salsa con ensalada mixta Pan-mandarina-leche | Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo y tomate. Pan integral-yogur-fruta variada | Arroz con tomate, huevos y beicon Ensalada de atún. Pan-plátano-leche | Judías blancas estofadas Palometa con tomate y ensalada de zanahorias. Pan integral-pera-leche |
| CEL: PASTA SIN GLUTEN/PESCADO SIN REBOZ. APLV: SALSA DE TOMATE PES: POLLO CON ENSALADA HUE: PESCADO SIN REBOZ. | | CEL: FIDEOS SIN GLUTEN LEG: CARNE Y VERDURAS | HUE: SIN HUEVO | LEG: PASTA CON CHORIZO PES: PAVO CON ENSALADA |
| 719Kcal. 30g Prot. 98g HC. 23g Líp | 597 Kcal. 40g Prot. 61g HC. 23g Líp | 558Kcal. 32g Prot. 80g HC. 14g Líp. | 662Kcal. 37g Prot. 84gHC. 20g Líp. | 670Kcal. 39g Prot. 79g HC. 22g Líp. |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| FIDEUÁ MIXTA Lomo de cerdo con ensalada de zanahoria. Pan-manzana-leche | Lentejas con chorizo Merluza con tomate y ensalada mixta Pan- mandarina-leche | Judías verdes con jamón Albóndigas jardinera con patatas dado. Pan integral-plátano-leche | Alubias blancas estofadas Tortilla francesa de queso con ensalada de atún. Pan-pera-leche | Patatas guisadas con costillas Rabas de calamar con ensalada de remolacha. Pan integral-zumo-fruta-leche |
| CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: FIDEUÁ DE POLLO | LEG: CREMA DE VERDURAS PES: PAVO CON ENSALADA | HUE: ALBONDIGAS SIN HUEVO CEL: ALBÓNDIGAS SIN GLUTEN | LEG: ARROZ CON CARNE HUE: POLLO CON ENSALADA PES: ENSALADA MISTA | CEL: PESCADO SIN REBOZ. |
| 703Kcal. 33g Prot. 82g HC. 27g Líp. | 679Kcal. 39g Prot. 79g HC. 23g Líp. | 668Kcal. 30g Prot. 92g HC. 20g Líp. | 687Kcal. 30g Prot. 90g HC. 23g Líp | 707Kcal. 35g Prot. 90g HC. 23g Líp |

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 PELOSe cocina con aceite de Oliva. Se fríe con aceite de girasol y se aliña con aceite de oliva.

INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR SOBRE LA PRESENCIA DE ALÉRGENOS SEGÚN REGLAMENTO 1169/2011