

MENÚ ALERGIAS MARZO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Espaguetis carbonara Fletán al horno con ensalada de maíz Pan-manzana-leche	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo y tomate Pan-yogur	Lentejas con chorizo y verduras Tortilla de patatas con ensalada mixta Pan integral-mandarina-leche	Coliflor gratinada Pollo asado con ensalada de tomate. Pan-pera-leche	Paella de pescado Buñuelos de bacalao con ensalada de maíz Pan integral-mandarina-zumo-leche
APLV: ESPAGUETIS SALSA SIN NATA CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: POLLO CON ENSALADA	CEL: PASTA SIN GLUTEN LEG: SOPA DE COCIDO/CARNE Y VERDURAS	LEG: CREMA DE VERDURAS HUE: LOMO DE CERDO CON ENSALADA	APLV: COLIFLOR REHOGADA	PES: ARROZ 3 DELICIAS Y HUEVO CEL: BACALAO SIN REBOZ. CON TOMATE
9	10	11	12	13
Arroz con tomate, 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	Macarrones 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 integral-plátano-zumo
PES: ENSALADA MIXTA HUE: ARROZ CON TOMATE Y BACON	LEG: CREMA DE VERDURAS PES: POTAJE SIN PESCADO HUE: POTAJE SIN HUEVO	CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: HUEVO/TORTILLA CON ENSALADA	LEG: ARROZ CON VERDURAS HUE: HAMBURGUESA SIN HUEVO CEL: HAMBURGUESA SIN GLUTEN	HUE: PESCADO AL HORNO PES: ENSALADA MIXTA
16	17	18	19	20
Macarrones con chorizo Palometa con ensalada de maíz Pan-manzana-leche	Judías blancas estofadas Tortilla de patatas con calabacín con ensalada de maíz. Pan-plátano-leche	Crema de calabacín Escalopes de pollo y ensalada mixta Pan integral-mandarina-leche	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo y tomate. Pan-yogur	Arroz 3 delicias Boquerones con ensalada tomate. Pan integral-zumo-mandarina-leche
CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: PAVO CON ENSALADA	LEG: SOPA DE FIDEOS HUE: LOMO DE CERDO CON ENSALADA	CEL: ESCALOPE REB. SIN GLUTEN HUE: ESCALOPE REB. SIN HUEVO APLV: CREMA SIN LÁCTEOS	CEL: PASTA SIN GLUTEN LEG: SOPA DE COCIDO/CARNE Y VERDURAS	HUE: ARROZ SIN HUEVO PES: HUEVO/TORTILLA CON ENSALADA CEL: PESCADO SIN REBOZ. APLV: ARROZ SIN LÁCTEOS
23	24	25	26	27
Lentejas con chorizo Merluza con tomate y ensalada mixta Pan-mandarina-leche	Macarrones con atún Magro con ensalada de zanahoria. Pan-kiwi-leche	Patatas guisadas con pollo Rabas de calamar con ensalada de remolacha. Pan integral-plátano-leche	Judías verdes con tomate Albóndigas jardinera con patatas dado. Pan-manzana-leche	Puré de verduras y garbanzos Huevos rellenos de atún con ensalada mixta Pan integral -yogur-pera
LEG: CREMA DE VERDURAS PES: FILETE DE POLLO CON ENSALADA	CEL: PASTA SIN GLUTEN PES: PASTA CON CARNE	CEL: PESCADO AL HORNO PES: HUEVO/TORTILLA CON QUESO	CEL: ALBONDIGAS SIN REBOZ HUE: ALBÓNDIGAS SIN HUEVO	LEG: PURÉ DE VERDURAS HUE: ATÚN CON TOMATE PES: HUEVOS CON TOMATE

LEYENDA: CEL: CELIACOS. LEG: ALERGI A LA LEGUMBRE. PES: ALERGI AL PESCADO. HUE: ALERGI AL HUEVO. APLV: ALERGI 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.

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

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