

MENÚ SIN GLUTEN COLECTIVIDADES NOVIEMBRE LÍNEA CALIENTE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
FESTIVO DE TODOS LOS SANTOS	Paella mixta (pollo, magro, calamares y mejillones) Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate PAN SIN GLUTEN. YOGUR. AGUA Energía: 558Kcal HC: 59g Az: 20g Pt: 25g Gr: 19g St: 3g Sal: 1.3g	Sopa picadillo con pollo, huevo y pavo SIN GLUTEN Ragout de cerdo y Menestra PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 592Kcal HC: 54g Az: 2g Pt: 22g Gr: 15g St: 3g Sal: 1.1g	Lentejas a la riojana Tortilla de patatas y cebolla Ensalada con tomate y maíz PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 625kcal HC: 83g Az: 24g Pt: 22g Gr: 18g St: 4g Sal: 1.3g	Macarrones con tomate SIN GLUTEN Jamoncitos de pollo al chilindrón Ensalada tomate, lechuga y aceituna PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 600Kcal HC: 76g Az: 14g Pt: 22g Gr: 15g St: 3g Sal: 1
8	9	10	11	12
Alubias con chorizo Fogonero con tomate y menestra PAN SIN GLUTEN. YOGUR. AGUA Energía: 625kcal HC: 83g Az: 24g Pt: 22g Gr: 18g St: 4g Sal: 1.3g	Crema de zanahoria Hamburguesas de pollo Patatas panadera PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 594Kcal HC: 68g Az: 12g. Pt: 24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g	Cazuela de fideos SIN GLUTEN con pescado Tortilla francesa Con tomate, maíz, y aceitunas PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA. Energía: 594 Kcal HC: 79g Az: 10g Pt: 21g Gr: 10g St: 4g Sal: 1.3g	Guisaillo de patatas con magro Tilapia en salsa verde y Calabacín con patatas PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 558Kcal HC: 59g Az: 20g Pt: 25g Gr: 19g St: 3g Sal: 1.3g	Macarrones boloñesa SIN GLUTEN Lomo al horno en salsa de champiñón Judías verdes salteadas PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 605Kcal HC: 76g Az: 16g Pt: 25g Gr: 17g St: 4g Sal: 1.
15	16	17	18	19
Arroz con salsa de tomate Merluza encebollada al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz PAN SIN GLUTEN. YOGUR. AGUA Energía: 577kcal HC: 75g Az: 14g Pt: 23g Gr: 20g St: 5g. Sal: 1.3g	Sopa de pescado con fideos SIN GLUTEN Contra muslos de pollo Ensalada de lechuga y queso PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 592Kcal HC: 54g Az: 2g Pt: 22g Gr: 15g St: 3g Sal: 1.1g	Cocido andaluz con pollo Tortilla de patatas con tomate aliñado PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 594Kcal HC: 68g Az: 12g. Pt: 24g Gr: 12g St: 3.4g Sal: 1.3g	Macarrones napolitana y queso SIN GLUTEN Lomo asado a la española y Patatas al horno PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 605Kcal HC: 76g Az: 16g Pt: 25g Gr: 17g St: 4g Sal: 1.	Crema de zanahoria PECHUGA DE POLLO con Ensalada americana col, zanahoria, surimi y manzana PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 603Kcal HC: 68g Az: 14g. Pt: 24g Gr: 16g St: 5.4g Sal: 1.6g
22	23	25	25	26
Sopa picadillo con pollo, huevo y pavo SIN GLUTEN Hamburguesa mixta Patatas con ajo al horno PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 599Kcal HC: 57g Az: 3.1g Pt: 25g Gr: 17g St: 3.4g Sal: 1.4g	Lentejas con chorizo Tortilla francesa Ensalada con lechuga y zanahoria PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 620kcal HC: 74g Az: 20g Pt: 23g Gr: 18g St: 4.1g Sal: 1.3g	Cazuela de fideos con pescado SIN GLUTEN Jamoncitos de pollo con Menestra PAN SIN GLUTEN. YOGUR. AGUA Energía: 592 Kcal HC: 69g Az: 8g Pt: 19g Gr: 8g St: 2g Sal: 1g	Macarrones boloñesa SIN GLUTEN Fogonero con tomate y Ensañada mixta PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 604Kcal HC: 75g Az: 15g Pt: 24g Gr: 10g St: 3.1g Sal: 1g	Crema de verduras Albóndigas a la jardinera con Patatas dado PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 595Kcal HC: 68g Az: 12g. Pt: 22g Gr: 15g St: 4.1g Sal: 1.4g
29	30	DICIEMBRE 1	2	3
Sopa de fideos SIN GLUTEN Ragout de pavo con Patatas al horno PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 593Kcal HC: 54g Az: 2g Pt: 22g Gr: 11g St: 2.6g Sal: 1g	Macarrones salteados con jamón SIN GLUTEN ABADEJO HORNO Ensalada con lechuga y tomate PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 598Kcal HC: 71g Az: 10g Pt: 24g Gr: 10g St: 2g Sal: 1.2g	Arroz a la cubana con salchichas Tortilla de patatas y Zanahoria baby PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA. Energía: 579kcal HC: 75g Az: 18g Pt: 23g Gr: 20g St: 5g. Sal: 1.4g	Potaje de lentejas Merluza en salsa Ensalada con lechuga, maíz y zanahoria PAN SIN GLUTEN. YOGUR. AGUA Energía: 602kcal HC: 64g Az: 13g Pt: 21g Gr: 14g St: 3g Sal: 1.1g	Crema de calabacín Lomo en salsa con Arroz pilaf PAN SIN GLUTEN. FRUTA. AGUA Energía: 590Kcal HC: 64g Az: 10g. Pt: 20g Gr: 12g St: 4g Sal: 1g

El menú basal no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias. Atendiendo al RD1169/2011, pueden solicitar al personal de la empresa la información de los alérgenos. A fin de garantizar un adecuado servicio de comedor se ruega, que los padres informen siempre y de la forma más detallada posible, tanto a la empresa de comedor como al centro escolar, de las alergias y/o intolerancias de su hijo/a. GRACIAS.

La información sobre alérgenos se basa en los datos facilitados por nuestros proveedores. Debido a los procesos de elaboración de nuestros platos preparados, no es posible excluir la presencia accidental de alérgenos. Solicite la información que precise.

La pieza de fruta será de temporada, fruta ecológica o fruta IV gama y variada. Los menús podrán sufrir variaciones por necesidades de mercado.

