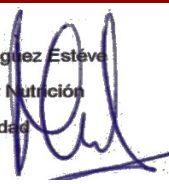


# NOVIEMBRE 2019

# MENÚ BASAL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Revisado: María Rodríguez Estévez Técnico en Dietética y Nutrición Departamento de Calidad DNI.: 76.895.939-Q 				1 <b>FESTIVO</b>
4 Espaguetis con tomate, champiñones y judías redondas 1 Tortilla española con ensalada 3 Yogur 7	5 Sopa de letras 1 Estofado de carne con patatitas, guisantes y zanahoria 12 Fruta	6 Crema de verduras 12 Merluza a la marinera con patatas 4-12 Yogur 7	7 Caldo gallego Albóndigas de pollo y ternera con arroz 6-12 Fruta	8 Lentejas guisadas Guiso de caella con patata y verdura 4 Flan 7
11 Crema de zanahoria 12 Fideua de pollo con champiñones 1 Fruta	12 Potaje de alubias con chorizo Merluza a la romana con brocoli 1-3-4 Natillas 7	13 Crema de calabacín 12 Tallarines con carne 1 Fruta	14 Judías con bacon 12 Tortilla de patata con rodaja de tomate 3 Yogur 7	15 Sopa de cocido 1 Lacón con grelos, patata y chorizo Fruta
18 Sopa de cus-cus 1 Rape con fideos y verduritas 1-4 Yogur 7	19 Lentejas caseras Jamón asado en salsa con arroz 12 Fruta	20 Crema de calabaza 12 Merluza en salsa de vieira con patata vapor 2-4-12-14 Yogur 7	21 Brócoli con huevo 3 Paella vegetal Fruta en almíbar	22 Espaguetis con atún 1-4 Pechuga de pollo a la madrileña con verduritas 1-3 Yogur 7
25 Lentejas vegetales Lomo asado con menestra 12 Flan 7	26 Sopa de fideos 1 Muslito de pollo al horno con arroz 12 Fruta	27 Coditos con zanahoria, judía redonda y tomate 1 Guiso de rape con patata 4 Yogur 7	28 Crema de zanahoria 12 Jarrete de cerdo estofado fideo y verduras 1-12 Fruta	29 Pizza de jamón y queso 1-3-6-7 Merluza a la romana con coliflor 1-3-4 Yogur 7

**INFORMACION PARA ALERGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES:** Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE1169/2011). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico, para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción.



1-Gluten



2-Crustaceos



3-Huevo



4-Pescado



5-Cacahuete



6-Soja



7-Lacteos



8-Frutos Secos



9-Apio



10-Mostaza



11-Sésamo



12-Sulfitos



13-Altramuz



14-Moluscos