



ENERO 2019

MENU BASAL

COLEGIOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 FESTIVO	2 NO LECTIVO	3 NO LECTIVO	4 NO LECTIVO
7 NO LECTIVO	8 Fabada Filete de merluza a la romana con judías verdes 3-4 Fruta	9 Crema de calabacín Arroz con carne y guisantes 12 Yogur 7	10 Lentejas vegetales Guiso de caella 4-12 Fruta	11 Sopa de fideos 1 Pollo al chilindrón con menestra y patatas 12 Natillas 7
14 Crema de verduras 9 Guiso de carne con patatas 12 Fruta	15 Arroz milanese 6-12 Pollo asado con brócoli 12 Yogur 7	16 Guiso de alubias Palometa al horno con guisantes y zanahoria 4-12 Flan 7	17 Sopa de estrellas 1 Milanesa de cerdo con patatas 1-3 Fruta	18 Potaje de garbanzos Merluza a la bilbaína con judías verdes 4-12 Yogur 7
21 Lentejas estofadas Abadejo guisado con patatas y verduras 4-12 Yogur 7	22 Empanada de atún 1-4 Lomo adobado al horno con patatas y menestra 6-7-12 Fruta	23 Crema de calabaza Albóndigas con arroz y tomate 6-12 Yogur 7	24 Macarrones con tomate 1 Palometa en salsa de tomate con brócoli 4-12 Natillas 7	25 Alubias blancas estofadas Muslito de pollo al horno con zanahoria y champiñones 12 Fruta
28 Crema de calabacín Lomo en salsa española con patatas dado 12 Fruta	29 Potaje de judías blancas Tortilla de patatas con tomate al horno 3 Yogur 7	30 Espirales gratinadas 1-7 Merluza frita con cachelos y judías verdes 4 Fruta	31 Sopa de pasta 1 Pollo guisado con patatas, zanahorias y guisantes 12 Yogur 7	Revisado: María Rodríguez Estévez Técnico en Dietética y Nutrición Departamento de Calidad DNI.: 76.895.939-Q

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