

INFORMACIÓN DE ALÉRGENOS MENÚ MARZO 2023

INFORMACIÓN DE ALÉRGENOS

ALÉRXENO	 Cereais con gluten	 Crustáceos	 Ovos	 Peixe	 Cacahuetes	 Soia	 Leite
NÚMERO NO MENÚ	1	2	3	4	5	6	7
ALÉRXENO	 Noces	 Apio	 Mostaza	 Sésamo	 Moluscos	 Sulfitos	 Altramuz
NÚMERO NO MENÚ	8	9	10	11	12	13	14

MENÚ XERAL MARZO

		MÉRCORES-1	XOVES 2	VENRES 3
		Ensalada mixta Costela de porco guisada c/pataca Pan e froita 1	Crema de cenoria Polo ao forno c/arroz Pan e iogur 1-12-3-7	Sopa Tortilla c/ leituga Pan e froita 1-3
LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
Crema de cabaza Albóndegas c/arroz Pan e froita 1-13	Panini Macarróns c/atún Pan e iogur 1-4-7	Lentellas As de polo c/arroz Pan e froita 1	Calamares Carne guisada c/pataca Pan e iogur 1-2-7	Macarróns gratinados Peixe c/leituga Pan e froita 1-3-4
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
Croquetas de xamón Lombo c/minestra Pan e froita 1	Sopa Luras guisadas c/pataca Pan e iogur 1-12-7	Crema de cenoria Peituga de pavo c/arroz Pan e froita 1	Chícharos c/xamón Espaguetes a boloñesa Pan e iogur 1-7	Coliflor c/ovo Bacallau c/pataca Pan e froita 1-3-4
LUNS-20	MARTES-21	MÉRCORES-22	XOVES-23	VENRES-24
Crema de verdura Tenreira guisada c/pasta Pan e froita 1	Fabada Peixe c/leituga Pan e natillas 1-4-7	Sopa Arroz c/carne e verduras Pan e froita 1	Ensalada mixta Churrasco c/pataca fritida Pan e froita 1	Xudias c/chourizo e ovo Macarróns c/atún Pan e froita 1-3
LUNS 27	MARTES 28	MÉRCORES -29	XOVES -30	VENRES -31
Crema de verdura Lasaña Pan e froita 1	Caldo galego Peixe c/arroz pan e iogur 1—4-7	lentellas Costelas de pavo c/pasta Pan e froita	Ensalada mixta Zorza c/pataca Pan e iogur	Sopa Pizza Pan e froita

MENÚ HIPOCALORICO

		MÉRCORES-1	XOVES 2	VENRES 3
		Ensalada mixta Filete de tenreira c/pataca Pan e froita 1	Crema de cenoria Polo ao forno c/arroz Pan e iogur 1-12-3-7	Sopa Tortilla francesa c/ leituga Pan e froita 1-3
LUNS 6	MARTES 7	MÉRCORES 8	XOVES 9	VENRES 10
Crema de cabaza Albóndegas c/arroz Pan e froita 1-13	Ensalada mixta Macarróns c/atún Pan e iogur 1-4-7	Lentellas As de polo c/arroz Pan e froita 1	Calamares á prancha Filete de polo c/pataca cocida Pan e iogur 1-7	Macarróns c/tomate Peixe c/leituga Pan e froita 1-3-4
LUNS 13	MARTES 14	MÉRCORES 15	XOVES 16	VENRES 17
Xamón york Lomo c/minestra Pan e froita 1	Sopa Luras á prancha c/pataca Pan e iogur 1-12-7	Crema de cenoria Peituga de pavo c/arroz Pan e froita 1	Chícharos c/xamón Carne picada /macarróns Pan e iogur 1-7	Coliflor c/ovo Bacallao c/pataca Pan e froita 1-3-4
LUNS-20	MARTES-21	MÉRCORES-22	XOVES-23	VENRES-24
Crema de verdura Filete de tenreira c/pasta Pan e froita 1	Fabada Peixe c/leituga Pan e iogur 1-4-7	Sopa Arroz c/carne e verdura Pan e froita 1	Ensalada mixta Churrasco c/pataca fritida Pan e froita 1	Xudias c/chourizo e ovo Macarróns c/atún Pan e froita 1-3
LUNS 27	MARTES 28	MÉRCORES -29	XOVES -30	VENRES -31
Lentellas Espaguetes á boloñesa Pan e froita 1	Caldo galego Peixe c/arroz pan e iogur 1—4-7	Crema de verdura Chuletillas de pavo c/pasta Pan e froita	Ensalada mixta Zorza c/pataca Pan e iogur	Sopa Pizza Pan e froita

DIETA DIABETICA.

A dieta basease no menú xeral , acompañando os pratos principais con arroz, pasta o pataca. De sobremesa toman froita.

DIETA CELIACA.

A dieta basease no menú xeral pero utilizando os produtos sen glute.

DIETA SEN SAL.

A dieta basease no menú xeral pero eliminando a sal ao cociñar.

A DIETA SEN LACTEOS.

A DIETA BASEASE NO MENÚ XERAL PERO UTILIZANDO OS PRODUCTOS QUE NON TEÑAN LÁCTEOS NIN SEUS DERIVADOS.

ALERXIA AOS MARISCOS: SE EVITANSE OS PRODUCTOS QUE PODEN CONTENER CRUSTACEOS(2) E MOLUSCOS(12)

ALERXIA AO PROTEINA DA LEITE: EVITANSE OS PRODÚCTOS QUE PODEN CONTENER A PROTEINA DE LEITE.

ALERXIA AO E-420 : SÓ SE UTILIZA OS PRODUCTOS FRESCOS

ALERXIA AO OVO- EVITANSE OS PRODUCTOS QUE PODEN CONTENER OVO(3)