

FEBRERO 2024 MENÚ SIN PLV Y SIN HUEVO . CEIP PLURILINGÜE OS TILOS . RESTAURANTE SALA GRADIN CATERING

MENÚ SIN PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA Y SIN HUEVO


"ESTE MENÚ , A EXCEPCIÓN DE LÁCTEOS, PUEDEN CONTENER LOS SIGUIENTES ALÉRGENOS : CRUSTÁCEOS , HUEVO, PESCADO , ALTRAMUCES, CACAHUETES, APIO, SÉSAMO, FRUTOS SECOS, SULFITOS, MOSTAZA Y SOJA

" ALIMENTOS PROHIBIDOS : LECHE DE VACA, BATIDOS , DERIVADOS LÁCTEOS NATA , POSTRES LÁCTEOS , HELADOS Y BECHAMEL .

		<p>1 SOPA DE LETRAS. (PASTA SIN HUEVO)</p> <p>FILETE DE POLLO CON ENSALADA</p> <p>FRUTA</p>	<p>2 ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES</p> <p>POTAJE DE GARBANZOS CON CARNE.</p> <p>FRUTA</p>
<p>5 PATATAS A LA RIOJANA</p> <p>JUDÍAS CON JAMÓN SIN HUEVO</p> <p>FRUTA</p>	<p>6 CREMA DE ZANAHORIA Y PUERRO * (SIN LÁCTEOS)</p> <p>FILETE DE MERLUZA EN SALSAS VERDES * (SIN LÁCTEOS Y SIN HUEVO) CON PATATAS.</p> <p>FRUTA</p>	<p>7 ENSALADA MIXTA CON TOMATE , CEBOLLA , MAÍZ Y ZANAHORIA.</p> <p>MACARRONES SIN HUEVO CON ATÚN.</p> <p>FRUTA</p>	<p>8 CREMA DE VERDURAS * (SIN LÁCTEOS)</p> <p>GUISO DE POLLO CON PATATAS.</p> <p>FRUTA</p>
<p>12</p>	<p>13</p>	<p>14</p>	<p>15 CREMA DE COLIFLOR * (SIN LÁCTEOS)</p> <p>FILETE DE MERLUZA A LA VIZCAÍNA * (SIN LÁCTEOS Y SIN HUEVO) CON PATATAS.</p> <p>FRUTA</p>
<p>19 GUISANTES A LA GALLEGA CON JAMÓN.</p> <p>MACARRONES SIN HUEVO BOLOÑESA * (SIN LÁCTEOS)</p> <p>FRUTA</p>	<p>20 SOPA DE ESTRELLITAS (PASTA SIN HUEVO)</p> <p>BRÓCOLI CON PATATA Y JAMÓN. SIN HUEVO</p> <p>FRUTA</p>	<p>21 CREMA DE JUDÍAS Y BRÉCOL * (SIN LÁCTEOS)</p> <p>FILETE DE MERLUZA EN SALSAS DE CAZUELA * (SIN LÁCTEOS Y SIN HUEVO) CON PATATAS.</p> <p>FRUTA</p>	<p>16 CREMA DE CALABAZA Y CALABACÍN * (SIN LÁCTEOS)</p> <p>GUISO DE CARNE CON PATATAS.</p> <p>FRUTA</p>
<p>26 CREMA DE CALABACÍN * (SIN LÁCTEOS)</p> <p>GUISO DE CARNE CON PATATAS , GUISANTES Y ZANAHORIA.</p> <p>FRUTA .</p>	<p>27 CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA * (SIN LÁCTEOS)</p> <p>ESPAGUETIS SIN HUEVO CON SALMÓN.</p> <p>FRUTA</p>	<p>28 SOPA DE FIDEOS (PASTA SIN HUEVO)</p> <p>POLLO CON CHAMPIÑONES.</p> <p>FRUTA</p>	<p>22 ENSALADA MIXTA CON TOMATE, CEBOLLA Y MAÍZ.</p> <p>POLLO COCIDO CON TOMATE Y ARROZ.</p> <p>FRUTA</p>
<p>23 JUDÍAS CON AOVE SIN HUEVO</p> <p>HABAS CON BACALAO .</p> <p>FRUTA</p>	<p>29 MENESTRA DE VERDURAS.</p> <p>ARROZ MARINERO.</p> <p>FRUTA</p>		

Menús aptos para alumnos de 3 años en adelante . Los alumnos de infantil siempre comerán supervisados por un adulto . Habrá que variar las cantidades según la edad .Ingesta Calórica recomendada para escolares de 7 a 12 años : 2000 Kcal. La ingesta calórica para alumnos de Infantil de 3 a 6 años será de un 20% menos , aproximadamente , de la indicada en el Menú. Estos Menús pueden contener alérgenos especificados que puede consultar en el Centro. Este Menú ha sido valorado y certificado por Consultoría Nutricional CONUGA cumpliendo con la Normativa Legal Vigente " Ley de Seguridad Alimentaria y Nutrición 17/ 2011 " , con la " Normativa para Menús de Comedores Escolares y Comedores Colectivos " y con el Reglamento (UE) Nº 1169 / 2011 la Alérgenos De Declaración Obligatoria. (ADO) para el curso escolar 23-24 .Firma : Rosa Bugeiro Díaz . Dietista .Nutricionista . Técnico Superior en Dietética y Nutrición. . Responsable de Consultoría Nutricional Gallega.