

## MENÚ SIN LACTOSA - ENERO 2019

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	- Día 1-  <b>FELIZ 2019</b>	- Día 2- <u>Macarrones c/tomate</u> (1,3) <u>Pescado al limón c/ens. maíz</u> (4) Postre y pan	- Día 3- Puré de verduras naturales Ragout de pollo con patatas  Postre y pan	- Día 4- Lentejas campesinas Tortilla española c/ens. Lechuga (3)  Postre y pan
- Día 7-  <b>FESTIVO</b>	- Día 8- Pasta c/tomate y york (1,3,6) <u>Pescado al horno c/ens. maíz y zanahoria</u> (4)  Postre y pan	- Día 9- Puré de calabacín y puerros Albóndigas ternera en salsa con guarnición de arroz (6,12)  Postre y pan	- Día 10- Alubias blancas c/verdura y hortalizas <u>Tortilla francesa con loncha de york</u> (3,6) Postre y pan	- Día 11- Patatas riojanas (6) Filete de merluza al horno con verduritas (4)  Postre y pan
- Día 14- Paella marinera (2,4,14) Tortilla española con ens. Lechuga y maíz (3) Postre y pan	- Día 15- Lentejas estofadas c/chorizo (6) Empanadillas de atún c/ensalada (1,3,4) Postre y pan	- Día 16- <u>Crema de verduras naturales</u> Pollo asado con manzana y patata panadera  Postre y pan	- Día 17- Sopa de cocido (1,3) Complemento del cocido (6)  Postre y pan	- Día 18- Patatas guisadas con magro Bacalao con pisto (tomate, calabacín, cebolla, pimiento) (4) Postre y pan
- Día 21- Menestra de verduras con bacon (6) Ragout de pavo con champiñones  Postre y pan	- Día 22- Espaguetis boloñesa (1,3) Fil. pescadilla en salsa verde con guisantes (4)  Postre y pan	- Día 23- Judías pintas estofadas con verdura <u>Tortilla francesa con gajos de tomate</u> (3)  Postre y pan	- Día 24- Sopa de pescado con estrellitas (1,2,3,4,14) Carrillada de cerdo estofada con jardinera Postre y pan	- Día 25- Puré de calabacín y puerros Salmón con tomate y patatas vapor (4)  Postre y pan
- Día 28- Lentejas estofadas c/chorizo (6) Tortilla española con ens. Lechuga y maíz (3)  Postre y pan	- Día 29- Fideuá mixta (verduras y pollo) (1,3) Sepia rebozada con ens. Lechuga y tomate (1,14)  Postre y pan	- Día 30- <u>Crema de calabaza</u> Ternera guisada con jardinera y patatas dado  Postre y pan	- Día 31 - Patatas guisadas con ragout de pollo Fil. merluza a la Andaluza c/ens. variada (1,4)  Postre y pan	

Postres: lunes, miércoles, jueves fruta de temporada; martes y viernes **lácteo** de soja. Se utilizarán productos especiales aptos para celíacos incluidos en lista Oficial FACE

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos