

EL MENÚ DE LOS MESES

MENÚ SIN GLUTEN NI PESCADO - FEBRERO 2018

			JUEVES	VIERNES
			- Día 1- Patatas guisadas con pescado (4) <u>Hamburguesa (sin alérgenos) al horno con champiñones</u> Postre y pan	- Día 2- Puré de zanahorias <u>Pollo en salsa con patata panadera</u> Postre y pan
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES		
- Día 5- Arroz murciano (con verduras) Tortilla francesa c/loncha de queso (3,6,7) Postre y pan	- Día 6- Judías blancas estofadas c/verduras <u>Fil. de pollo al horno con ens. Lechuga</u> Postre y pan	- Día 7- Puré de verduras naturales Lacón al horno con patata vapor Postre y pan	- Día 8- Patatas guisadas con carne <u>Ternera c/pisto (calab, pim, tomate, cebolla, berenjena)</u> Postre y pan	- Día 9- Judías verdes rehogadas Ragout de pollo con zanahorias y patatas dado Postre y pan
- Día 12- Lentejas Campesinas <u>Fil. pollo al horno con ens. Maíz y zanahoria</u> Postre y pan	- Día 13- Menestra de verduras rehogadas Lomo de cerdo al ajillo con patatas Postre y pan	- Día 14- <u>Pasta (sin alérgenos) c/tomate y orégano</u> <u>Ragout de pavo con zanahorias</u> Postre y pan	- Día 15- <u>Sopa de picadillo (pasta sin gluten)</u> <u>Albóndigas (sin alérgenos) en salsa con zanahorias baby</u> Postre y pan	- Día 16- Crema de calabacín y puerros Tortilla española con tomate natural (3) Postre y pan
- Día 19- Arroz blanco con tomate <u>Fil. de pollo al horno con ensalada</u> Postre y pan	- Día 20- <u>Sopa de fideos (pasta sin alérgenos)</u> Complemento del cocido (6) Postre y pan	- Día 21- Puré de verduras Pollo asado al laurel con patatas dado Postre y pan	- Día 22 - Patatas guisadas con Ragout de ave <u>Tortilla francesa (3,6) c/lechuga</u> Postre y pan	- Día 23- Judías blancas estofadas c/verdura <u>Lacón en salsa con patata vapor</u> Postre y pan
- Día 26- Lentejas estofadas con chorizo (6) Salchichas de pavo (6) con gajos de tomate Postre y pan	- Día 27- <u>Pasta a la boloñesa (sin alérgenos)</u> Tortilla francesa con ens. Lechuga y maíz (3,6) Postre y pan	- Día 28 DÍA DE ANDALUCÍA- Potaje de garbanzos con espinacas <u>Ternera guisada con guarnición</u> Postre y pan		

Postres: lunes, miércoles, jueves fruta de temporada; martes y viernes **lácteo** (de **soja** si procede). Pan sin gluten.

EL MENÚ DEL MES

MENÚ SIN HUEVO - FEBRERO 2018

			JUEVES	VIERNES
			- Día 1- Patatas guisadas con pescado (4) <u>Hamburguesa (sin alérgenos) al horno con champiñones</u> Postre y pan	- Día 2- Puré de zanahorias Fil. de merluza en salsa con patata panadera (4) Postre y pan
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES		
- Día 5- Arroz murciano (con verduras) <u>Guiso de pavo con champiñones</u> Postre y pan	- Día 6- Judías blancas estofadas c/verduras <u>V. bacalao al horno con ens. Lechuga (4)</u> Postre y pan	- Día 7- Puré de verduras naturales Lacón al horno con patata vapor Postre y pan	- Día 8- Patatas guisadas con carne Tacos de caella (4) c/pisto (calab, pim, tomate, cebolla, berenjena) Postre y pan	- Día 9- Judías verdes rehogadas Ragout de pollo con zanahorias y patatas dado Postre y pan
- Día 12- Lentejas Campesinas <u>Fil. pescado al horno con ens. Maíz y zanahoria (4)</u> Postre y pan	- Día 13- Menestra de verduras rehogadas Lomo de cerdo al ajillo con patatas Postre y pan	- Día 14- <u>Pasta (sin alérgenos) c/tomate y orégano</u> Fil. pescadilla al limón c/lechuga (4) Postre y pan	- Día 15- <u>Sopa de picadillo (sin huevo)</u> <u>Albóndigas (sin alérgenos) en salsa con zanahorias baby</u> Postre y pan	- Día 16- Crema de calabacín y puerros <u>Muslitos de pollo al horno con tomate natural</u> Postre y pan
- Día 19- Arroz blanco con tomate Fil. de merluza al horno con verduritas (4) Postre y pan	- Día 20- <u>Sopa de fideos (pasta sin alérgenos)</u> Complemento del cocido (6) Postre y pan	- Día 21- Puré de verduras Pollo asado al laurel con patatas dado Postre y pan	- Día 22 - <u>Patatas guisadas con verdura</u> <u>Ragout de pavo con champiñones</u> Postre y pan	- Día 23- Judías blancas estofadas c/verdura Bacalao (4) en salsa marinera con jardinera de verduras Postre y pan
- Día 26- Lentejas estofadas con chorizo (6) Salchichas de pavo (6) con gajos de tomate Postre y pan	- Día 27- <u>Pasta a la boloñesa (sin alérgenos)</u> <u>Fil. de pollo al limón ens. Lechuga y maíz</u> Postre y pan	- Día 28 DÍA DE ANDALUCÍA- Potaje de garbanzos con espinacas <u>F. merluza a la Andaluza (harina maíz) con ens. mixta (4)</u> Postre y pan		

Postres: lunes, miércoles, jueves fruta de temporada; martes y viernes **lácteo** (de **soja** si procede). El pan contiene gluten y posibles trazas de soja y sésamo.

EL MENÚ DEL MES

MENÚ SIN HUEVO NI LACTOSA - FEBRERO 2018

			JUEVES	VIERNES
			- Día 1- Patatas guisadas con pescado (4) <u>Hamburguesa (sin alérgenos) al horno con champiñones</u> Postre y pan	- Día 2- Puré de zanahorias Fil. de merluza en salsa con patata panadera (4) Postre y pan
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES		
- Día 5- Arroz murciano (con verduras) <u>Guiso de pavo con champiñones</u> Postre y pan	- Día 6- Judías blancas estofadas c/verduras V. bacalao al horno con ens. Lechuga (4) Postre y pan	- Día 7- Puré de verduras naturales Lacón al horno con patata vapor Postre y pan	- Día 8- Patatas guisadas con carne Tacos de caella (4) c/pisto (calab, pim, tomate, cebolla, berenjena) Postre y pan	- Día 9- Judías verdes rehogadas Ragout de pollo con zanahorias y patatas dado Postre y pan
- Día 12- Lentejas Campesinas <u>Fil. pescado al horno con ens. Maíz y zanahoria (4)</u> Postre y pan	- Día 13- Menestra de verduras rehogadas Lomo de cerdo al ajillo con patatas Postre y pan	- Día 14- <u>Pasta (sin alérgenos) c/tomate y orégano</u> Fil. pescadilla al limón c/lechuga (4) Postre y pan	- Día 15- <u>Sopa de picadillo (sin huevo)</u> <u>Albóndigas (sin alérgenos) en salsa con zanahorias baby</u> Postre y pan	- Día 16- Crema de calabacín y puerros <u>Muslitos de pollo al horno con tomate natural</u> Postre y pan
- Día 19- Arroz blanco con tomate Fil. de merluza al horno con verduritas (4) Postre y pan	- Día 20- <u>Sopa de fideos (pasta sin alérgenos)</u> Complemento del cocido (6) Postre y pan	- Día 21- Puré de verduras Pollo asado al laurel con patatas dado Postre y pan	- Día 22 - <u>Patatas guisadas con verdura</u> <u>Ragout de pavo con champiñones</u> Postre y pan	- Día 23- Judías blancas estofadas c/verdura Bacalao (4) en salsa marinera con jardinera de verduras Postre y pan
- Día 26- Lentejas estofadas con chorizo (6) Salchichas de pavo (6) con gajos de tomate Postre y pan	- Día 27- <u>Pasta a la boloñesa (sin alérgenos)</u> <u>Fil. de pollo al limón ens. Lechuga y maíz</u> Postre y pan	- Día 28 DÍA DE ANDALUCÍA- Potaje de garbanzos con espinacas <u>F. merluza a la Andaluza (harina maíz) con ens. mixta (4)</u> Postre y pan		

Postres: lunes, miércoles, jueves fruta de temporada; martes y viernes **lácteo** de soja. El pan contiene gluten y posibles trazas de soja y sésamo.