



MENÚ MAYO 2024 - DECLARACIÓN DE ALÉRGENOS

GPT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Día 1 FESTIVO	Día 2 1º. Crema de calabaza natural. 2º. Ventresca de merluza al vapor con ajitos y patatas a las finas hierbas. 3º. Fruta / Pan. 1º. Sulfitos 2º. Pescado // Sulfitos 3º. - // gluten	Día 3 1º. Sopa de cocido con lluvia. 2º. Cocido completo con magro, garbanzos, col y verdura. 3º. Helado / Pan. 1º. <i>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T), Apio</i> 2º. Sulfitos 3º. <i>Leche, Soja, Huevo, Frutos secos / Gluten</i>
Día 6 1º. Crema de zanahoria natural con aceite al tomillo. 2º. Filete de merluza al horno con tomate y ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y pepino. 3º. Lácteo / Pan. 1º. Sulfitos 2º. Pescado // Sulfitos 3º. Leche // gluten	Día 7 1º. Macarrones integrales con verdura salteada. 2º. Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y remolacha. 3º. Fruta / Pan. 1º. <i>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</i> 2º. <i>Huevo // Sulfitos</i> 3º. - // gluten	Día 8 1º. Sopa de ajo con piñones de pasta. 2º. Magro al chilindrón con pimiento ecológico y carlotitas al eneldo. 3º. Fruta / Pan. 1º. <i>Apio, Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</i> 2º. <i>Gluten, Soja // -</i> 3º. - // gluten	Día 9 1º. Lentejas huertanas con acelgas. 2º. Croquetas de bacalao con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino. 3º. Fruta / Pan. 1º. Sulfitos, Gluten 2º. <i>Gluten, Pescado, Leche, Huevo(T), Crust(T), Mol(T), Soja(T) // G. Sulfitos</i> 3º. - // gluten	Día 10 1º. Ensalada mediterránea con pollo. 2º. Arroz de la huerta con garbanzos y espinacas. 3º. Helado / Pan. 1º. Sulfitos 2º. - 3º. <i>Leche, Soja, Huevo, Frutos secos / Gluten</i>
Día 13 1º. Fideuá campellera con calamar. 2º. Lomo adobado al horno con ensalada de lechuga, tomate cherry, zanahoria y aceitunas. 3º. Lácteo / Pan. 1º. <i>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T), Pescado, Crustáceo, Molusco</i> 2º. <i>Soja, Leche(T) // Sulfitos</i> 3º. <i>Leche // gluten</i>	Día 14 1º. Judías huertanas con calabaza. 2º. Ventresca de merluza a la gallega y ensalada mézclum con tomate, zanahoria y maíz. 3º. Fruta / Pan. 1º. <i>Gluten, Sulfitos</i> 2º. <i>Pescado // Sulfitos</i> 3º. - // gluten	Día 15 1º. Crema de calabacín ecológico natural. 2º. Albóndigas estofadas con tomate y patatas al montón. 3º. Fruta / Pan. 1º. Sulfitos 2º. <i>Gluten, Sulfitos // Sulfitos</i> 3º. - // gluten	Día 16 1º. Ensalada marinera con atún y palitos de cangrejo. 2º. Arroz a la cubana con tomate y huevo duro. 3º. Fruta / Pan. 1º. <i>Gluten, Pescado, Crustáceo, Huevo, Soja, Sulfitos</i> 2º. <i>Huevo</i> 3º. - // <i>Gluten</i>	Día 17 1º. Sopa de cocido con garbanzos y estrellitas. 2º. Flamenquín de pollo con coliflor y carlotitas al orégano. 3º. Helado / Pan. 1º. <i>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T), Apio</i> 2º. <i>Gluten, Soja, Sulfitos // G. -</i> 3º. <i>Leche, Soja, Huevo, Frutos secos / Gluten</i>
Día 20 1º. Crema de espinacas natural con zanahoria ecológica . 2º. Filete de merluza a la romana con patatas brava. 3º. Lácteo / Pan. 1º. Sulfitos 2º. <i>Pescado, Gluten, Huevo // G. Sulfitos</i> 3º. <i>Leche // gluten</i>	Día 21 1º. Ensalada campesina de lentejas y queso fresco. 2º. Arroz con magro, pimiento y coliflor. 3º. Fruta / Pan. 1º. Sulfitos, Leche 2º. <i>Soja</i> 3º. - // <i>gluten</i>	Día 22 1º. Espaguetis integrales a la boloñesa con queso rallado. 2º. Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria, apio y lombarda. 3º. Fruta / Pan. 1º. <i>Gluten, Huevo, Soja (T), Mostaza (T), Leche</i> 2º. <i>Huevo // Sulfitos, Apio</i> 3º. - // <i>gluten</i>	Día 23 1º. Olla de legumbres. 2º. Fogonero al horno con tomate y ensalada campestre con tomate, zanahoria y maíz. 3º. Fruta / Pan. 1º. Sulfitos, Gluten 2º. <i>Pescado // G. Sulfitos</i> 3º. - // <i>gluten</i>	Día 24 1º. Sopa de pescado con letras. 2º. Muslo de pollo al horno en su jugo con judías verdes al orégano. 3º. Helado / Pan. 1º. <i>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T), Pescado, Crustáceo, Molusco(T)</i> 2º. - // <i>G. Sulfitos</i> 3º. <i>Leche, Soja, Huevo, Frutos secos / Gluten</i>
Día 27 1º. Lentejas huertanas. 2º. Varitas de merluza con ensalada de lechuga, tomate cherry, zanahoria y apio. 3º. Lácteo / Pan. 1º. <i>Gluten, Sulfitos</i> 2º. <i>Pescado, Gluten, Leche (T), Crust. (T), Mol. (T), Huevo (T) // G. Sulfitos, Apio</i> 3º. <i>Leche // gluten</i>	Día 28 1º. Sopa reina con mollitas de gallina y pistones. 2º. Tortilla de patata y ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y lombarda. 3º. Fruta / Pan. 1º. <i>Gluten, Huevo, Soja (T), Mostaza (T), Apio</i> 2º. <i>Huevo // Sulfitos</i> 3º. - // <i>gluten</i>	Día 29 1º. Ensalada italiana con espirales integrales, queso y huevo duro. 2º. Hamburguesa al horno encbollada con patatas panadera. 3º. Fruta / Pan. 1º. Sulfitos, Huevo, Gluten, Soja (T), Mostaza (T), Leche 2º. Sulfitos // Sulfitos 3º. - // <i>gluten</i>	Día 30 1º. Arroz caldoso con garbanzos y judías verdes. 2º. Ventresca de merluza al vapor con pimiento y ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y remolacha. 3º. Fruta / Pan. 1º. Sulfitos, Gluten, Apio 2º. <i>Pescado // Sulfitos, Apio</i> 3º. - // <i>gluten</i>	Día 31 1º. Crema a la marinera con abadejo. 2º. Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas. 3º. Helado / Pan. 1º. <i>Pescado, Sulfitos</i> 2º. <i>Soja (T), Gluten // Sulfitos</i> 3º. <i>Leche, Soja, Huevo, Frutos secos / Gluten</i>

Los viernes se servirá Pan con salvado

Existe un Menú Declaración de Alérgenos a disposición del comensal con el fin de informar sobre la posible presencia o trazas de sustancias recogidas en el Reglamento (UE) N°1169/2011 Anexo II, que podrá consultar en su centro.

Atención nutricional al comensal: De lunes a jueves de 9:00 a 13:00 en el tlf. 965 10 06 48 o las 24 horas en nutricionista@coes.es

