



MARZO 2020

MENU BASAL

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Crema de zanahoria 12 Paella de carne 14-12 Fruta 0	3 Sopa de fideos 1 Merluza a la romana con ensalada y patata vapor 4-1-3 Yogur	4 Crema de calabacín y puerro 12 Pollo al limón con arroz 12 Fruta 0	5 Espaguetis con tomate 1 Bacalao al horno con patata y judías 4-12 Natillas 7	6 Potaje de alubias 0 Lomo al Oporto con menestra 12 Fruta 0
9 Lentejas caseras 0 Tortilla española con tomate 3 Fruta 0	10 Crema de calabaza 12 Muslito de pollo al horno con patata panadera 12 Yogur 7	11 Espirales gratinados 1-7 Merluza al horno con patata y brécol 4-12-1 Fruta 0	12 Judías verdes con bacon y patatas 6-12 Albóndigas con arroz 6-12 Yogur 7	13 Crema de zanahoria 12 Fideuá de rape 1-12-4 Fruta 0
16 Pizza de jamón y queso 1-6-7 Guiso de pavo con verduras y patata 12 Flan 7	17 Macarrones con chorizo 1 Filete de merluza a la romana ensalada 4-1-3 Fruta 0	18 Potaje de garbanzos 0 Pollo al horno con menestra 12 Yogur 7	19 0 0 FESTIVO 0 0 0	20 Ensaladilla rusa 4-3 Jamón asado con arroz mediterráneo 12 Yogur 7
23 Crema de zanahoria y puerro 12 Guiso de ternera con fideos 12-1 Fruta 0	24 Empanada de carne 1 Tortilla española con ensalada 3 Yogur 7	25 Brócoli salteado con jamón 6 Tallarines con salmón 1-4 Fruta 0	26 Sopa de cuscus 1 Milanesa de lomo con patatas y verduras 1-3 Fruta 0	27 Arroz tres delicias 4-3 Merluza al horno con coliflor y patata 4-12 Yogur 7
30 Sopa de fideos 1 Guiso de zorza con arroz 12 Yogur 7	31 Fabada 0 Muslo de pollo al horno con coles y zanahoria baby 12 Fruta 0			Revisado: María Rodríguez Esteva Técnico en Dietética y Nutrición Departamento de Calidad DNI.: 78.895.939-G

INFORMACION PARA ALERGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE1169/2011). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico, para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción.



1-Gluten

2-Crustáceos

3-Huevo

4-Pescado

5-Cacahuete

6-Soja

7-Lacteos

8-Frutos Secos

9-Apio

10-Mostaza

11-Sésamo

12-Sulfitos

13-Altramuz

14-Moluscos