




MARZO 2019

MENU BASAL

COLEGIOS

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Revisado: María Rodríguez Estévez Técnico en Dietética y Nutrición Departamento de Calidad DNI.: 76.895.939-Q</p>				<p>1  Sopa de pasta 1 Milanesa de pollo con tomate 1-3 Postre especial carnaval 1-3</p>
4	5	6	7	8
			<p>Espaguetis con tomate 1 Bacalao al horno con patata y ensalada de lechuga en juliana 4-12 Yogur 7</p>	<p>Potaje de alubias Lomo al Oporto con judías y patata 12 Fruta</p>
11	12	13	14	15
<p>Lentejas jardinera Tortilla española con tomate 3 Fruta</p>	<p>Crema de calabacín 12 Muslito de pollo al horno con patata panadera 12 Yogur 7</p>	<p>Espirales gratinados 1-7 Merluza a la romana con patatas y brécol 4-3 Fruta</p>	<p>Judías verdes con bacon y patata Albóndigas con arroz 6-12 Yogur 7</p>	<p>Crema de zanahoria 9 Fideuá de rape 1-4 Fruta</p>
18	19	20	21	22
<p>Crema de calabaza 9 San jacobito casero (no precocinado) con patatas 1-3-7 Yogur 7</p>	FESTIVO	<p>Lentejas caseras Pollo al horno con menestra 12-9 Yogur 7</p>	<p>Macarrones con chorizo 1-7 Filete de pescado a la romana con patatas y judías tiernas 4-3 Fruta</p>	<p>Ensaladilla rusa 4-3-9 Jamón asado con patatas 12 Natillas 7</p>
25	26	27	28	29
<p>Sopa de pasta 1 Estofado de carne con arroz y verduritas 12 Fruta</p>	<p>Empanada de carne 1 Tortilla española con ensalada 3 Yogur 7</p>	<p>Tallarines a la jardinera 1-9 Rape guisado 4 Fruta 7</p>	<p>Caldo de verduras Milanesa de lomo con patatas 1-3-7 Fruta</p>	<p>Fabada Merluza al horno con ensalada 4-12 Flan 7</p>

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-Crustaceos



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