



MENU ENERO DE ALERGIAS E INTOLERANCIAS A LA LECHE

| SEMANA 1 | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES 1 | JUEVES 2 | VIERNES 3 |
|--|---|---|---|---|--|
| PRIMERO SEGUNDO GUARNICIÓN POSTRE | VACACIONES DE NAVIDAD | VACACIONES DE NAVIDAD | VACACIONES DE NAVIDAD | VACACIONES DE NAVIDAD | VACACIONES DE NAVIDAD |
| SEMANA 2 | LUNES 6 | MARTES 7 | MIÉRCOLES 8 | JUEVES 9 | VIERNES 10 |
| PRIMERO SEGUNDO GUARNICIÓN POSTRE | VACACIONES DE NAVIDAD | LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ POLLO PLANCHA VERDURITAS DADO YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | CREMA DE CALABAZA TORTILLA DE JAMON ENSALADA CON TOMATE YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | ZANAHORIAS BABY GLASEADAS BACALAO ORLY VERDURITAS DADO YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | MENESTRA POLLO PLANCHA ENSALDA YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA |
| SEMANA 3 | LUNES 13 | MARTES 14 | MIÉRCOLES 15 | JUEVES 16 | VIERNES 17 |
| PRIMERO SEGUNDO GUARNICIÓN POSTRE | CODITOS CON TOMATE MAGRO EN SALSAS ENSALDA DE TOMATE YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ FILETE DE POLLO VERDURITAS DADO YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | CREMA DE CALABAZA GALLOS DE SAN PEDRO PLANCHA ENSALADA YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | ZANAHORIAS BABY GLASEADAS PALOMETA A LA RIOJANA ENSALADA YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | SOPA DE COCIDO PAVO EN SALSAS ENSALADA DE TOMATE YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA |
| SEMANA 4 | LUNES 20 | MARTES 21 | MIÉRCOLES 22 | JUEVES 23 | VIERNES 24 |
| PRIMERO SEGUNDO GUARNICIÓN POSTRE | ARROZ CON VERDURAS RAGOUT DE PAVO EN SALSAS ENSALADA CON TOMATE YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | CREMA DE CALABACIN LOMO EN SALSAS VERDURITAS DADO YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | PATATAS GUIADAS GALLOS DE SAN PEDRO AL HORNO ENSALDA CON MAIZ YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | JUDIAS PINTAS GUIADAS HUEVOS REVUELTOS CON ATUN VERDURITAS DADO YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | TRIO DE VERDURAS MAGRO DE CERDO EN SALSAS PATATAS FRITAS YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA |
| SEMANA 5 | LUNES 27 | MARTES 28 | MIÉRCOLES 29 | JUEVES 30 | VIERNES 31 |
| PRIMERO SEGUNDO GUARNICIÓN POSTRE | ESPAGUETIS BOLOÑESA MAGRO EN SALSAS AGRIDULCE ENSALADA YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | GUISANTES A LA FRANCESA MERLUZA EN SALSAS VERDE VERDURITAS DADO YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | MARMITAKO TORTILLA DE PATATAS ENSALDA CON TOMATE YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | CREME DUBARY PAVO EN SALSAS DE CHAMPIÑONES PURE DE PATATAS YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA | SOPA MARAVILLA ALBONDIGAS EN SALSAS VERDURITAS DADO YOGUR DE SOJA O FRUTA PAN Y AGUA |

LOS CELIACOS COMENRAN EL MISMO MENU CON SUS CORRESPONDIENTES PRODUCTOS

LEYENDA ALÉRGICOS

- Cacahuete
- Mielazas
- Apio
- Soja
- Meluzcos
- Altramuzos
- Frutas de cáscara
- Crustáceos
- Sésamo
- Sulfitos
- Gluten
- Pescado
- Huevo
- Leche
- Puede contener trazas de varios alérgenos

1

2

3

4



MENÚ ALÉRGICOS CRUSTÁCEOS MARISCOS Y PESCADOS ENERO 2025

| SEMANA 1 | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES 1 | JUEVES 2 | VIERNES 3 |
|--|--|--|---|---|---|
| PRIMERO SEGUNDO GUARNICIÓN POSTRE | VACACIONES DE NAVIDAD | VACACIONES DE NAVIDAD | VACACIONES DE NAVIDAD | VACACIONES DE NAVIDAD | VACACIONES DE NAVIDAD |
| SEMANA 2 | LUNES 6 | MARTES 7 | MIÉRCOLES 8 | JUEVES 9 | VIERNES 10 |
| PRIMERO SEGUNDO GUARNICIÓN POSTRE | | LENTEJAS POLLO PLANCHA ENSALADA YOGUR O FRUTA PAN Y AGUA | ARROZ CON POLLO TORTILLA DE JAMON Y QUESO ENSALADA CON TOMATE YOGUR O FRUTA PAN Y AGUA | CREMA DE VERDURAS FILETE DE TERNERA ENSALADA YOGUR O FRUTA PAN Y AGUA | MENESTRA CON JAMON POLLO PLANCHA ENSALDA YOGUR O FRUTA PAN Y AGUA |
| SEMANA 3 | LUNES 13 | MARTES 14 | MIÉRCOLES 15 | JUEVES 16 | VIERNES 17 |
| PRIMERO SEGUNDO GUARNICIÓN POSTRE | CODITOS CON QUESO TORTILLA JAMON ENSALADA DE MAIZ LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA | LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ LACON A LA GALLEGA ENSALDA DE TOMATE LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA | CREMA DE CALABAZA FILETE DE TERNERA PLANCHA VERDURITAS DADO LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA | ZANAHORIAS BABY GLASEADAS FILETE DE FOLLO ENSALADA LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA | SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO ENSALADA CON MAIZ LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA |
| SEMANA 4 | LUNES 20 | MARTES 21 | MIÉRCOLES 22 | JUEVES 23 | VIERNES 24 |
| PRIMERO SEGUNDO GUARNICIÓN POSTRE | ARROZ CON VERDURAS RAGOUT DE PAVO EN SALS ENSALADA CON TOMATE LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA | CREMA DE CALABACIN LOMO EN SALS VERDURITAS DADO LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA | PATATAS GUIADAS FILETE DE POLLO ENSALDA CON MAIZ LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA | JUDIAS PINTAS GUIADAS HUEVOS REVUELTOS CON JAMON VERDURITAS DADO LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA | TRIO DE VERDURAS MAGRO DE CERDO EN SALS PATATAS FRITAS LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA |
| SEMANA 5 | LUNES 27 | MARTES 28 | MIÉRCOLES 29 | JUEVES 30 | VIERNES 31 |
| PRIMERO SEGUNDO GUARNICIÓN POSTRE | ESPAGUETIS BOLONESA MAGRO EN SALS AGRIDULCE ENSALADA LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA | GUISANTES A LA FRANCESA FILETE DE POLLO PLANCHA VERDURITAS DADO LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA | ESPAGUETIS CON TOMATE TORTILLA DE PATATAS ENSALDA CON TOMATE LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA | CREME DUBARY PAVO EN SALS DE CHAMPINONES PURE DE PATATAS LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA | SOPA MARAVILLA ALBONDIGAS EN SALS VERDURITAS DADO LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA |

LEYENDA ALÉRGICOS

- Cacahuete
- Altramuzes
- Gluten
- Mostaza
- Frutos de cáscara
- Pescado
- Apio
- Crustáceos
- Huevo
- Soja
- Sésamo
- Leche
- Moluscos
- Sulfitos
- Puede contener trazas de varios alérgenos



MENÚ ALÉRGICOS HUEVO ENERO 2025

SEMANA 1

LUNES

PRIMERO
SEGUNDO
GUARNICIÓN
POSTRE

MARTES

MIÉRCOLES 1

GARBANZOS CASTELLANA
RAGOUT DE TERNERA
VERDURITAS DADO
LACTEO O FRUTA

JUEVES 2

ARROZ CON VERDURAS
POLLO ASADO
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA DE TEMPORADA

VIERNES 3

SEMANA 2

LUNES 6

PRIMERO
SEGUNDO
GUARNICIÓN
POSTRE

ENSALADA DE TOMATE
LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA

MARTES 7

LENTEJAS
POLLO PLANCHA
VERDURITAS DADO
FRUTA TEMPORADA

MIÉRCOLES 8

ARROZ CON POLLLO
FILETE CERDO
ENSALADA
LACTEO O FRUTA

JUEVES 9

CREMA DE VERDURAS
BACALAO ORLY
ENSALADA CON MAIZ
FRUTA DE TEMPORADA

VIERNES 10

MENESTRA CON JAMON
POLLO PLANCHA
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA DE TEMPORADA

SEMANA 3

LUNES 13

PRIMERO
SEGUNDO
GUARNICION
POSTRE

CODITOS CON QUESO
MERLUZA PLANCHA
ENSALADA DE MAIZ
LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA

MARTES 14

LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ
LACON A LA GALLEGA
ENSALADA DE TOMATE
FRUTA TEMPORADA

MIÉRCOLES 15

CREMA DE CALABAZA
FILETE DE TERNERA PLANCHA
VERDURITAS DADO
LACTEO O FRUTA

JUEVES 16

ZANAHORIAS BABY GLASEADAS
PALOMETA A LA RIOJANA
ENSALADA
FRUTA DE TEMPORADA

VIERNES 17

SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO
ENSALADA CON MAIZ
FRUTA DE TEMPORADA

SEMANA 4

LUNES 20

PRIMERO
SEGUNDO
GUARNICION
POSTRE

ARROZ CON VERDURAS
RAGOUT DE PAVO EN SALSAS
ENSALADA CON TOMATE
LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA

MARTES 21

CREMA DE CALABACIN
LOMO EN SALSAS
VERDURITAS DADO
LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA

MIÉRCOLES 22

PATATAS GUIADAS
GALLOS DE SANPEDRO AL HORNO
ENSALADA CON MAIZ
LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA

JUEVES 23

JUDIAS PINTAS GUIADAS
FILETE DE TERNERA PLANCHA
VERDURITAS DADO
LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA

VIERNES 24

TRIO DE VERDURAS
MAGRO DE CERDO EN SALSAS
PATATAS FRITAS
LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA

SEMANA 5

LUNES 27

PRIMERO
SEGUNDO
GUARNICION
POSTRE

ESPAGUETIS BOLOÑESA
MAGRO EN SALSAS AGRIDULCE
ENSALADA
LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA

MARTES 28

GUISANTES A LA FRANCESA
MERLUZA EN SALSAS VERDE
VERDURITAS DADO
LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA

MIÉRCOLES 29

MARMITAKO
FILETE DE TERNERA
ENSALADA CON TOMATE
LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA

JUEVES 30

CRÈME DUBARY
PAVO EN SALSAS DE CHAMPINONES
PURE DE PATATAS
LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA

VIERNES 31

SOPA MARAVILLA
ALBONDIGAS EN SALSAS
VERDURITAS DADO
LACTEO O FRUTA PAN Y AGUA

| LEVENDA ALÉRGICOS | | | |
|-------------------|-------------------|---|--|
| Cacahuete | Altramuzes | Gluten | |
| Mostaza | Frutos de cáscara | Pesado | |
| Apio | Cruelidos | Huevo | |
| Soja | Sésamo | Lacte | |
| Moluscos | Sulfites | Puede contener trazas de varios alérgenos | |

