



MENÚ MAYO 2024 MUSULMÁN

Menú adaptado, elaborado sin carne de cerdo ni productos que lo contengan.

Al final del menú diario se muestra la información de alérgenos.

GPT

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

Los viernes se servirá Pan con salvado

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@coesles.es