



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		Día 1	Día 2	Día 3
		FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO
Día 6	Día 7	Día 8	Día 9	Día 10
FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO
Día 13	Día 14	Día 15	Día 16	Día 17
1º. Arroz de verduras con coliflor - 2º. Filete de merluza al horno Pescado, Crust. (T), Mol. (T) Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y apio Sulfitos, Apio Lácteo Leche Pan Gluten	1º. Sopa de ajo con piñones Gluten, Huevo (T), Soja (T), Mostaza (T), Apio 2º. Pechuga de pollo empanada Pescado (T), Crust. (T), Mol. (T), Gluten, Soja Ensalada mézclum con zanahoria, maíz y pepino Sulfitos Fruta - Pan integral Gluten, Soja	1º. Potaje de garbanzos Sulfitos, Gluten 2º. Tortilla de patata Huevo Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria ecológica y apio Sulfitos, Apio Fruta - Pan Gluten	FESTIVO	FESTIVO
Día 20	Día 21	Día 22	Día 23	Día 24
1º. Lentejas huertanas Sulfitos, Gluten 2º. Tilapia al horno con tomate Pescado, Crust. (T), Mol. (T) Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y apio Sulfitos, Apio Lácteo Leche Pan Gluten	1º. Sopa de pescado con lluvia Gluten, Huevo (T), Soja (T), Mostaza (T), Pescado, Crust. (T), Mol. (T) 2º. Tortilla de patata Huevo Ensalada campestre con tomate, zanahoria y pepino Sulfitos Fruta - Pan integral Gluten, Soja	1º. Crema de verduras natural de temporada Sulfitos 2º. Lomo asado en su jugo Soja Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y remolacha Sulfitos Fruta - Pan Gluten	Ensalada. Sulfitos 1º. Arroz integral meloso con garbanzos ecológicos y judías verdes Gluten, Sulfitos 2º. Ventresca de merluza al horno Pescado Pisto suave - Fruta - Pan Gluten	1º. Menestra a la navarra Gluten 2º. Pollo asado con manzana - Patatas al montón Sulfitos Fruta - Pan integral Gluten, Soja
Día 27	Día 28	Día 29	Día 30	
1º. Macarrones integrales con verdura y tomate Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T) 2º. Fogonero al horno Pescado, Crust. (T), Mol. (T) Ensalada de lechuga, zanahoria, apio y remolacha Sulfitos, Apio Lácteo Leche Pan Gluten	Ensalada. Sulfitos 1º. Crema de verduras natural de temporada con calabaza Sulfitos 2º. Albóndigas de pollo al chilindrón con pimiento ecológico Gluten, Soja, Sulfitos Patatas a lo pobre Sulfitos Fruta - Pan integral Gluten, Soja	1º. Olla de legumbres Gluten, Sulfitos 2º. Filete de merluza a la gallega Pescado, Crust. (T), Mol. (T) Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino Sulfitos Fruta - Pan Gluten	1º. Arroz blanco con tomate - 2º. Tortilla francesa Huevo Ensalada mézclum con zanahoria, maíz y remolacha Sulfitos Fruta - Pan Gluten	

Un alérgeno* es un componente que puede provocar alergia o intolerancia a personas sensibles a dicho compuesto. Por lo general, los alérgenos* no son sustancias problemáticas en personas sanas. En esta tabla, la **presencia del alérgeno**, o de **trazas (T)** (debido a contacto cruzado), no siempre significa que la receta contenga ese alimento, sino que forma parte (en pequeñas cantidades) de la composición del ingrediente utilizado. En España, sólo el 5% de la población presenta algún tipo de alergia alimentaria. El 95% restante no presenta ninguna complicación al consumir dichos alérgenos*.