



Información de sustancias o productos que causan alergias o intolerancias conforme al **Reglamento (UE) 1169/2011** correspondiente a:

**Menú General Público Transportado**

**Noviembre 2023**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>Día 1</b> <b>FESTIVO</b>	<b>Día 2</b> Ensalada <b>Sulfitos</b> 1º. Crema de <b>calabacín ecológico</b> natural. <b>Sulfitos</b> 2º. Albóndigas estofadas con guisantes <b>Sulfitos, Gluten</b> Patatas a las finas hierbas. <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 3</b> 1º. Olla de legumbres. <b>Sulfitos, Gluten</b> 2º. Ventresca de merluza a la gallega <b>Pescado</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y maíz. <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>
<b>Día 6</b> Ensalada <b>Sulfitos</b> 1º. Sopa de pescado con estrellas. <b>Pescado, Crustáceo, Molusco(T), Gluten, Huevo(T)</b> 2º. Muslo de pollo a la naranja - Carlotas al tomillo. -  Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 7</b> 1º. Lentejas a la castellana con espinacas. <b>Sulfitos, Gluten</b> 2º. Croquetas de bacalao <b>Gluten, Leche, Huevo(T), Pescado, Crustáceo(T), Soja(T), Molusco(T)</b> Ensalada campestre con tomate, zanahoria y lombarda. <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 8</b> 1º. Arroz caldoso con <b>garbanzos ecológicos</b> y judías verdes. <b>Sulfitos, Gluten</b> 2º. Tortilla de patata <b>Huevo</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y maíz <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 9</b> 1º. Macarrones integrales con verdura y tomate. <b>Gluten, Huevo(T)</b> 2º. Filete de merluza al horno con guisantes <b>Pescado</b> Ensalada de lechuga, zanahoria, apio y remolacha. <b>Sulfitos, Apio</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 10</b> 1º. Crema de coliflor y manzana natural. <b>Sulfitos</b> 2º. Hamburguesa al horno encebollada <b>Sulfitos</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y queso fresco <b>Sulfitos, Leche</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>
<b>Día 13</b> 1º. Judías huertanas con <b>cebolla ecológica</b> . <b>Sulfitos, Gluten</b> 2º. Ventresca de merluza al limón <b>Pescado, Crustáceo, Molusco(T)</b> Ensalada de lechuga, zanahoria, aceitunas y apio. <b>Sulfitos, Apio</b>  Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 14</b> 1º. Espaguetis integrales a la boloñesa con queso rallado. <b>Sulfitos, Gluten, Huevo(T), Leche</b> 2º. Tortilla de calabacín <b>Huevo</b> Ensalada campestre con zanahoria, maíz y lombarda. <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 15</b> Ensalada <b>Sulfitos</b> 1º. Crema de espinacas natural. <b>Sulfitos</b> 2º. Pechuga de pollo empanada <b>Gluten, Soja(T)</b> Patatas al curry. <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 16</b> Ensalada <b>Sulfitos</b> 1º. Sopa de cocido con lluvia. <b>Apio, Gluten, Huevo(T)</b> 2º. Cocido completo con garbanzos, verduras, magro y col. <b>Sulfitos, Soja, Apio</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 17</b> 1º. Arroz a la cubana con tomate y huevo duro. <b>Huevo</b> 2º. Filete de merluza al vapor <b>Pescado</b> Ensalada de lechuga, zanahoria, pepino y remolacha. <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>
<b>Día 20</b> 1º. Lentejas huertanas con acelgas. <b>Sulfitos, Gluten</b> 2º. Fogonero con rebozado casero <b>Pescado, Gluten</b> Ensalada mézclum con tomate cherry, zanahoria y aceitunas. <b>Sulfitos</b>  Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 21</b> Ensalada <b>Sulfitos</b> 1º. Sopa minestrone con <b>zanahoria ecológica</b> y piñones de pasta. <b>Apio, Gluten, Huevo(T)</b> 2º. Lomo en su jugo a la mostaza <b>Soja(T), Leche(T), Mostaza</b> Judías verdes al ajillo. -  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 22</b> 1º. Potaje de garbanzos. <b>Sulfitos, Gluten</b> 2º. Boquerones en tempura <b>Pescado, Gluten, Huevo, Leche(T), Crustáceo(T), Molusco(T)</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y lombarda. <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 23</b> 1º. Espirales integrales con atún y tomate. <b>Gluten, Huevo(T), Pescado</b> 2º. Tortilla francesa <b>Huevo</b> Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y pepino. <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 24</b> 1º. Crema de tomate con albahaca. <b>Sulfitos</b> 2º. Risotto de carne. <b>Sulfitos, Gluten</b>  Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b>

Día 27	Día 28	Día 29	Día 30
<p>1º. Fideuá campellerera. <b>Pescado, Crustáceo, Molusco, Gluten, Huevo(T)</b></p> <p>2º. Lomo adobado al horno <b>Soja, Leche(T)</b> Ensalada de lechuga, zanahoria, pepino y lombarda. <b>Sulfitos</b></p> <p>Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b></p>	<p>1º. Crema de guisantes natural con aceite al romero. <b>Sulfitos</b></p> <p>2º. Tortilla de patata <b>Huevo</b> Ensalada mézclum con tomate, zanahoria y aceitunas. <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p>1º. Arroz meloso con alubias y judías verdes. <b>Sulfitos, Gluten</b></p> <p>2º. Calamares a la romana <b>Pescado, Gluten, Molusco, Huevo(T), Leche(T), Crustáceo(T), Sulfitos(T), Soja(T)</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y remolacha. <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p>Ensalada <b>Sulfitos</b></p> <p>1º. Sopa de ajo con huevo duro y lluvia. <b>Apio, Gluten, Huevo</b></p> <p>2º. Pollo estofado con champiñón <b>Gluten</b> Patatas. <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>

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\*.