


MENÚ JUNIO 2023
ALERGIA FRUTOS SECOS

(almendras, avellanas, nueces, nueces de Brasil, anacardos, pistachos, pacanas y sus derivados)
SEMILLAS (pipas calabaza, girasol, piñones) Y CACAHUETE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 PAN-NO FRUTOS SECOS TALLARINES A LA ITALIANA (CEBOLLA, CALABACÍN, CHAMPI, BERENJENAS) BACALAO CON SALSA MARY Y ENSALADA AMERICANA FRUTA ECO	2 LECHUGA, TOMATE, SARDINAS, OLIVAS PAN INTEGRAL GARBANZOS SALTEADOS LONGANIZAS CON PATATAS ASADAS SANDIA GRANIZADA
5 LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA, NO NUECES LENTEJAS JULIANA ECO (LENTEJAS Y PATATA, CEBOLLA Y ZANAHORIA ECO) PIZZA AL GUSTO FRUTA	6 PAN-LECHUGA,CANÓNIGOS, CHERRY, MANZANA SOPA DE FIDEOS ALBÓNDIGAS AL CURRY CON PATATAS DADO FRUTA	7 PAN-LECHUGA, TOMATE, ATÚN , REMOLACHA MACARRONES AL ORÉGANO MERLUZA A LA PLANCHA VERDURAS SALTEADAS FRUTA ECO	8 LECHUGA, TOMATE, ESPÁRRAGOS, CEBOLLA CRUJIENTE PAN INTEGRAL ARROZ AL HORNO TORTILLA FRANCESA CON QUESO FRESCO FRUTA	9 PAN-LECHUGA, TOMATE, PEPINO, CEBOLLA CREMA DE CALABACÍN Y PUERROS PECHUGA EN SALSA DE QUESO Y CHAMPIÑONES SALTEADOS LIMÓN GRANIZADO
12 MEAT FREE MONDAY PAN-CHUPITO DE GAZPACHO ESPIRALES AL PESTO ROSSO (NO CACAHUETES) HUEVO REVUELTO Y CARLOTAS NO PIPAS FRUTA	13 LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA, OLIVAS NEGRAS PAN CREMA DE LEGUMBRES GOULASH DE MAGRO CON COUS COUS LACTEO / FRUTA	14 PAN-NO FRUTOS SECOS ARROZ A LA CUBANA CALAMARES A LA PLANCHA CON ENSALADA ECO FRUTA	15 PAN-LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA, NO PASAS SOPA MARAVILLA POLLO CON MANZANA Y NO PALOMITAS, PONE MAÍZ SALTEADO FRUTA ECO	16 LECHUGA, TOMATE, NO PIPAS, RÁBANOS PAN INTEGRAL GUISADO DEL CHEF SALMÓN AL ENELDO CON GUARNICIÓN FRUTA
19 PAN-LECHUGA, TOMATE, OLIVAS, MAIZ, ESPAGUETIS CON ATÚN TORTILLA CEBOLLA ECO Y LONCHA DE QUESO FRUTA	20 HUMUS(NO SÉSAMO), NO PICOS INTEGRALES, PONE NACHOS ENSALADA COMPLETA (NO F. SECOS) PAELLA VALENCIANA MACEDONIA DE FRUTAS	21 LECHUGA, TOMATE, PEPINO, CARLOTA FESTIVAL DE LEGUMBRES PANINI PROVENZAL (TOMATE, CHAMPIÑÓN, QUESO, HIERBA PROVENZAL) FRUTA	22 COMIDA FIN DE CURSO ENSALADA (NO F. SECOS)-PAN SOPA DE AVE NUGUETS DE POLLO CON PATATAS HELADO DE HIELO	

EL MENÚ DEL DÍA FIN DE CURSO, SE PUEDE VER ALTERADO DEPENDIENDO DEL DÍA DE CIERRE DEL CENTRO SEGÚN CADA POBLACIÓN.

ALERGIA O INTOLERANCIA A LOS FRUTOS SECOS

Se considera fruto de cáscara según la legislación actual:

(almendras, avellanas, nueces, nueces de Brasil, anacardos, pistachos, pacanas y sus derivados)

Las pipas de girasol, pipas de calabaza y piñones son considerados semillas.

Los cacahuetes están considerados como otro grupo dentro de los alérgenos declarables

En este menú vamos a considerar los tres grupos como alergia a los FRUTOS SECOS, si su hij@ puede tomar alguno de los alimentos incluidos, rogamos comuníquelo al centro para que nos faciliten la información.