



MENÚ DICIEMBRE 2023

VEGETARIANO

Menú adaptado a alimentación ovo-lácteo vegetariana.

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

GPC

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				<p>Día 1</p> <p>1º. Potaje de garbanzos con calabaza ecológica.</p> <p>2º. Hamburguesa vegetal y ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y apio.</p> <p>3º. Fruta / Pan.</p> <p><small>1º. Sulfitos, Gluten 2º. Gluten // G. Sulfitos, Apio 3º. - / Gluten</small></p>
<p>Día 4</p> <p>1º. Cazuela de verduras con fideos.</p> <p>2º. Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y remolacha.</p> <p>3º. Lácteo / Pan.</p> <p><small>E. Sulfitos 1º. Apio, Gluten, Huevo(T) 2º. Huevo // G. Sulfitos 3º. Leche / Gluten</small></p>	<p>Día 5</p> <p>1º. Crema de verduras natural con calabacín ecológico.</p> <p>2º. Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria, espirales y pepino.</p> <p>3º. Fruta / Pan.</p> <p><small>1º. Sulfitos 2º. Huevo // G. Sulfitos, Gluten, Huevo(T) 3º. - / Gluten</small></p>	<p>Día 6</p> <p>DÍA DE LA CONSTITUCIÓN</p>	<p>Día 7</p> <p>FESTIVO</p>	<p>Día 8</p> <p>DÍA DE LA INMACULADA CONCEPCIÓN</p>
<p>Día 11</p> <p>Ensalada.</p> <p>1º. Lentejas huertanas.</p> <p>2º. Huevos revueltos con tomate y patatas fritas.</p> <p>3º. Lácteo / Pan.</p> <p><small>E. Sulfitos 1º. Sulfitos, Gluten 2º. Huevo // G. Sulfitos 3º. Leche / Gluten</small></p>	<p>Día 12</p> <p>1º. Fideuá de verduras.</p> <p>2º. Verdura hervida con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y apio.</p> <p>3º. Fruta / Pan.</p> <p><small>1º. Gluten, Huevo(T), Apio 2º. - // G. Sulfitos, Apio 3º. - / Gluten</small></p>	<p>Día 13</p> <p>Ensalada.</p> <p>1º. Sopa minestrone con piñones de pasta.</p> <p>2º. Tortilla francesa con pisto.</p> <p>3º. Fruta / Pan.</p> <p><small>E. Sulfitos 1º. Apio, Gluten, Huevo(T), Sulfitos 2º. Huevo // G. - 3º. - / Gluten</small></p>	<p>Día 14</p> <p>Ensalada.</p> <p>1º. Crema de coliflor natural con manzana y cebolla ecológica.</p> <p>2º. Hamburguesa vegetal y patatas panadera.</p> <p>3º. Fruta / Pan.</p> <p><small>E. Sulfitos 1º. Sulfitos 2º. Gluten // G. Sulfitos 3º. - / Gluten</small></p>	<p>Día 15</p> <p>1º. Arroz de verduras.</p> <p>2º. Verdura salteada y ensalada de lechuga, zanahoria, pepino y remolacha.</p> <p>3º. Fruta / Pan.</p> <p><small>1º. Apio 2º. - // G. Sulfitos 3º. - / Gluten</small></p>
<p>Día 18</p> <p>Ensalada.</p> <p>1º. Crema de calabaza natural.</p> <p>2º. Huevos revueltos con tomate y patatas al ajillo.</p> <p>3º. Lácteo / Pan.</p> <p><small>E. Sulfitos 1º. Sulfitos 2º. Huevo // G. Sulfitos 3º. Leche / Gluten</small></p>	<p>Día 19</p> <p>1º. Arroz caldoso con garbanzos y judías verdes.</p> <p>2º. Calabacín salteado con tomate y ensalada mézclum con zanahoria, apio y pepino.</p> <p>3º. Fruta / Pan.</p> <p><small>1º. Gluten, Sulfitos, Apio 2º. - // G. Sulfitos, Apio 3º. - / Gluten</small></p>	<p>Día 20</p> <p>Ensalada.</p> <p>1º. Olla de legumbres.</p> <p>2º. Tortilla francesa con carlotitas al romero.</p> <p>3º. Fruta / Pan.</p> <p><small>E. Sulfitos 1º. Sulfitos, Gluten 2º. Huevo // G. Sulfitos 3º. - / Gluten</small></p>	<p>Día 21</p> <p>1º. Macarrones integrales con calabacín, pimiento ecológico y tomate.</p> <p>2º. Brócoli hervido y ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y lombarda.</p> <p>3º. Fruta / Pan.</p> <p><small>1º. Gluten, Huevo(T) 2º. - // G. Sulfitos 3º. - / Gluten</small></p>	<p> Día 22 MENÚ ESPECIAL NAVIDEÑO</p> <p>1º. Caldo Navideño con huevo duro y lluvia.</p> <p>2º. Burger COES con ketchup y patatas chips.</p> <p>3º. Postre navideño.</p> <p><small>1º. Apio, Gluten, Huevo 2º. Gluten, Soja / Gluten / - / - 3º. Gluten, Huevo, Leche, Soja</small></p>

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 informa@coess.es

