



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

Menú General Público Cocinados

Diciembre 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 1 Ensalada. Sulfitos 1º. Cazuela de fideos a la marinera Pescado, Crustáceo(T), Molusco(T), Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T) 2º. Dados de lomo adobado al horno Soja, Leche Patatas a la brava Sulfitos Lácteo Leche Pan Gluten	Día 2 1º. Crema de lentejas con verdura de temporada. Sulfitos 2º. Filete de merluza a la gallega con carlotitas Pescado, Crust. (T), Mol. (T) Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y apio Sulfitos, Apio Fruta - Pan integral Gluten, Soja	Día 3 1º. Arroz blanco con tomate - 2º. Tortilla de patata Huevo Ensalada campestre con zanahoria, maíz y aceitunas Sulfitos Fruta - Pan Gluten	Día 4 1º. Potaje de garbanzos Gluten, Sulfitos, Soja (T) 2º. Croquetas de bacalao Gluten, Leche, Huevo(T), Soja, Crustáceo(T), Molusco(T), Pescado(T), Mostaza, Frutos de cáscara, Apio Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y remolacha Sulfitos Fruta - Pan Gluten	Día 5 1º. Macarrones integrales con zanahoria ecológica y tomate. Gluten, Huevo (T), Soja, Mostaza (T) 2º. Hamburguesa a la plancha encabollada Sulfitos, Soja Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y apio Sulfitos, Apio Fruta - Pan integral Gluten, Soja
Día 8 FESTIVO	Día 9 1º. Lentejas huertanas con calabaza ecológica . Gluten, Sulfitos, Soja (T) 2º. Nuggets de pollo Crust. (T), Mol. (T), Huevo (T), Pescado (T), Apio (T), Gluten, Soja (T), Leche Ensalada de lechuga, zanahoria, remolacha y apio. Sulfitos, Apio Fruta - Pan integral Gluten, Soja	Día 10 1º. Sopa de cocido con piñones de pasta. Apio, Gluten, Huevo(T), Soja, Mostaza (T) 2º. Ventresca de merluza con tomate Pescado Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y aceitunas Sulfitos Fruta - Pan Gluten	Día 11 Ensalada. Sulfitos 1º. Crema de zanahoria natural Sulfitos 2º. Albóndigas estofadas Soja, Gluten, Sulfitos Patatas Sulfitos Fruta - Pan Gluten	Día 12 1º Fideuá marinera Pescado, Crust. (T), Mol. (T), Gluten, Huevo (T), Soja (T), Mostaza (T) 2º. Boquerones en tempura Pescado, Crust. (T), Mol. (T), Gluten, Leche (T), Huevo Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y apio Sulfitos, Apio Fruta - Pan integral Gluten, Soja
Día 15 1º. Espirales integrales con calabacín ecológico y tomate. Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T) 2º. Tilapia al limón Pescado, Crust. (T), Mol. (T) Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y apio Sulfitos, Apio Lácteo Leche Pan Gluten	Día 16 Ensalada. Sulfitos 1º. Crema de verduras natural de temporada con espinacas. Sulfitos 2º. Lomo a la plancha con ajitos Soja Patatas a la gallega Sulfitos Fruta - Pan integral Gluten, Soja	Día 17 1º. Arroz caldoso con garbanzos y judías verdes. Sulfitos, Gluten, Soja (T) 2º. Calamares a la romana Pescado, Gluten, Molusco, Huevo(T), Leche(T), Crustáceo(T), Sulfitos(T), Soja(T) Ensalada mézclum con tomate, zanahoria y apio Sulfitos, Apio Fruta - Pan Gluten	Día 18 Ensalada. Sulfitos 1º. Sopa juliana con estrellitas. Apio, Gluten, Huevo (T), Soja, Mostaza (T) 2º. Rustidera de pollo al tomillo Sulfitos Fruta - Pan Gluten	Día 19 1º. Olla de legumbres. Gluten, Sulfitos, Soja (T) 2º. Tortilla francesa Huevo Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y remolacha. Sulfitos Fruta - Pan integral Gluten, Soja
Día 22 1º. Caldo Navideño con lluvia Apio, Gluten, Huevo (T), Soja, Mostaza (T), Sulfitos 2º. Pechuga de pollo empanada Gluten, Soja, Mostaza (T), Pescado (T), Crust. (T), Mol. (T) Patatas chips: - Postre navideño Gluten, Huevo, Leche, Soja 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*.