



# MENÚ MAYO 2024 - DECLARACIÓN DE ALÉRGENOS

GPT

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<b>Día 1</b> <b>FESTIVO</b>	<b>Día 2</b> Ensalada. 1º. Crema de calabaza natural. 2º. Ventresca de merluza al vapor con ajitos y patatas a las finas hierbas. 3º. Fruta / Pan.  <i>E. Sulfitos</i> 1º. <b>Sulfitos</b> 2º. <b>Pescado // Sulfitos</b> 3º. - // <b>gluten</b>	<b>Día 3</b> Ensalada. 1º. Sopa de cocido con lluvia.  2º. Cocido completo con magro, garbanzos, col y verdura. 3º. Helado / Pan.  <i>E. Sulfitos</i> 1º. <b>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T), Apio</b> 2º. <b>Sulfitos</b> 3º. <b>Leche, Soja, Huevo, Frutos secos / Gluten</b>
<b>Día 6</b> 1º. Crema de zanahoria natural con aceite al tomillo. 2º. Filete de merluza al horno con tomate y ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y pepino. 3º. Lácteo / Pan.  1º. <b>Sulfitos</b> 2º. <b>Pescado // Sulfitos</b> 3º. <b>Leche // gluten</b>	<b>Día 7</b> 1º. Macarrones integrales con verdura salteada. 2º. Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y remolacha. 3º. Fruta / Pan.  1º. <b>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</b> 2º. <b>Huevo // Sulfitos</b> 3º. - // <b>gluten</b>	<b>Día 8</b> Ensalada. 1º. Sopa de ajo con piñones de pasta. 2º. Magro al chilindrón con <b>pimiento ecológico</b> y carlotitas al eneldo. 3º. Fruta / Pan.  <i>E. Sulfitos</i> 1º. <b>Apio, Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</b> 2º. <b>Gluten, Soja // -</b> 3º. - // <b>gluten</b>	<b>Día 9</b> 1º. Lentejas huertanas con acelgas. 2º. Croquetas de bacalao con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino.  3º. Fruta / Pan.  1º. <b>Sulfitos, Gluten</b> 2º. <b>Gluten, Pescado, Leche, Huevo(T), Crust(T), Mol(T), Soja(T) // G. Sulfitos</b> 3º. - // <b>gluten</b>	<b>Día 10</b> 1º. Ensalada mediterránea con pollo. 2º. Arroz de la huerta con garbanzos y espinacas.  3º. Helado / Pan.  1º. <b>Sulfitos</b> 2º. - 3º. <b>Leche, Soja, Huevo, Frutos secos / Gluten</b>
<b>Día 13</b> 1º. Fideuá campellera con calamar. 2º. Lomo adobado al horno con ensalada de lechuga, tomate cherry, zanahoria y aceitunas. 3º. Lácteo / Pan.  1º. <b>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T), Pescado, Crustáceo, Molusco</b> 2º. <b>Soja, Leche(T) // Sulfitos</b> 3º. <b>Leche // gluten</b>	<b>Día 14</b> 1º. Judías huertanas con calabaza. 2º. Ventresca de merluza a la gallega y ensalada mézclum con tomate, zanahoria y maíz. 3º. Fruta / Pan.  1º. <b>Gluten, Sulfitos</b> 2º. <b>Pescado // Sulfitos</b> 3º. - // <b>gluten</b>	<b>Día 15</b> Ensalada. 1º. Crema de <b>calabacín ecológico</b> natural. 2º. Albóndigas estofadas con tomate y patatas al montón. 3º. Fruta / Pan.  <i>E. Sulfitos</i> 1º. <b>Sulfitos</b> 2º. <b>Gluten, Sulfitos // Sulfitos</b> 3º. - // <b>gluten</b>	<b>Día 16</b> 1º. Ensalada marinera con atún y palitos de cangrejo.  2º. Arroz a la cubana con tomate y huevo duro. 3º. Fruta / Pan.  1º. <b>Gluten, Pescado, Crustáceo, Huevo, Soja, Sulfitos</b> 2º. <b>Huevo</b> 3º. - // <b>Gluten</b>	<b>Día 17</b> Ensalada. 1º. Sopa de cocido con garbanzos y estrellitas. 2º. Flamenquín de pollo con coliflor y carlotitas al orégano. 3º. Helado / Pan.  <i>E. Sulfitos</i> 1º. <b>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T), Apio</b> 2º. <b>Gluten, Soja, Sulfitos // G. -</b> 3º. <b>Leche, Soja, Huevo, Frutos secos / Gluten</b>
<b>Día 20</b> Ensalada. 1º. Crema de espinacas natural con <b>zanahoria ecológica</b> . 2º. Filete de merluza a la romana con patatas brava. 3º. Lácteo / Pan.  <i>E. Sulfitos</i> 1º. <b>Sulfitos</b> 2º. <b>Pescado, Gluten, Huevo // G. Sulfitos</b> 3º. <b>Leche // gluten</b>	<b>Día 21</b> 1º. Ensalada campesina de lentejas y queso fresco.  2º. Arroz con magro, pimiento y coliflor. 3º. Fruta / Pan.  1º. <b>Sulfitos, Leche</b> 2º. <b>Soja</b> 3º. - // <b>gluten</b>	<b>Día 22</b> 1º. Espaguetis integrales a la boloñesa con queso rallado. 2º. Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria, apio y lombarda. 3º. Fruta / Pan.  1º. <b>Gluten, Huevo, Soja (T), Mostaza (T), Leche</b> 2º. <b>Huevo // Sulfitos, Apio</b> 3º. - // <b>gluten</b>	<b>Día 23</b> 1º. Olla de legumbres.  2º. Fogonero al horno con tomate y ensalada campestre con tomate, zanahoria y maíz. 3º. Fruta / Pan.  1º. <b>Sulfitos, Gluten</b> 2º. <b>Pescado // G. Sulfitos</b> 3º. - // <b>gluten</b>	<b>Día 24</b> Ensalada. 1º. Sopa de pescado con letras. 2º. Muslo de pollo al horno en su jugo con judías verdes al orégano. 3º. Helado / Pan.  <i>E. Sulfitos</i> 1º. <b>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T), Pescado, Crustáceo, Molusco(T)</b> 2º. - // <b>G. Sulfitos</b> 3º. <b>Leche, Soja, Huevo, Frutos secos / Gluten</b>
<b>Día 27</b> 1º. Lentejas huertanas.  2º. Varitas de merluza con ensalada de lechuga, tomate cherry, zanahoria y apio.  3º. Lácteo / Pan.  1º. <b>Gluten, Sulfitos</b> 2º. <b>Pescado, Gluten, Leche (T), Crust. (T), Mol. (T), Huevo (T) // G. Sulfitos, Apio</b> 3º. <b>Leche // gluten</b>	<b>Día 28</b> 1º. Sopa reina con mollitas de gallina y pistones.  2º. Tortilla de patata y ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y lombarda. 3º. Fruta / Pan.  1º. <b>Gluten, Huevo, Soja (T), Mostaza (T), Apio</b> 2º. <b>Huevo // Sulfitos</b> 3º. - // <b>gluten</b>	<b>Día 29</b> 1º. Ensalada italiana con espirales integrales, queso y huevo duro. 2º. Hamburguesa al horno encebollada con patatas panadera. 3º. Fruta / Pan.  1º. <b>Sulfitos, Huevo, Gluten, Soja (T), Mostaza (T), Leche</b> 2º. <b>Sulfitos // Sulfitos</b> 3º. - // <b>gluten</b>	<b>Día 30</b> 1º. Arroz caldoso con garbanzos y judías verdes. 2º. Ventresca de merluza al vapor con pimiento y ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y remolacha. 3º. Fruta / Pan.  1º. <b>Sulfitos, Gluten, Apio</b> 2º. <b>Pescado // Sulfitos, Apio</b> 3º. - // <b>gluten</b>	<b>Día 31</b> 1º. Crema a la marinera con abadejo. 2º. Pechuga de pollo empanada con ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas. 3º. Helado / Pan.  1º. <b>Pescado, Sulfitos</b> 2º. <b>Soja (T), Gluten // Sulfitos</b> 3º. <b>Leche, Soja, Huevo, Frutos secos / Gluten</b>

Los viernes se servirá Pan con salvado

Existe un Menú Declaración de Alérgenos a disposición del comensal con el fin de informar sobre la posible presencia o trazas de sustancias recogidas en el Reglamento (UE) N°1169/2011 Anexo II, que podrá consultar en su centro.

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 [nutricionista@coes.es](mailto:nutricionista@coes.es)

