



lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

Lechuga, remolacha, olivas
Sopa de ave con fideos "sin gluten"
Muslo de pollo asado
Fruta

01

Lechuga, zanahoria, maíz
Verduras hervidas con guarnición de arroz
Tortilla de patata y cebolla
Fruta

02

Lechuga, tomate, olivas
Arroz con salsa de tomate
Longanizas de ave al horno
Fruta

03

Lechuga, tomate, zanahoria,
Crema de calabacín y cebolla con albahaca
Pizza "sin gluten" de jamón serrano
con tomate
Fruta

04

Lechuga, tomate, zanahoria,
Macarrones "sin gluten" italiana
con tomate
Rustidera de merluza con guarnición de guisantes
al horno
Fruta

05

Festivo

08

Lechuga, zanahoria, olivas
Arroz con setas
Filete de merluza al limón
al horno
Fruta

09

Lechuga, maíz, pepino
Verduras hervidas con guarnición de arroz
Tortilla de patata y calabacín
Fruta

10

Lechuga, tomate, zanahoria, maíz,
olivas
Fideos "sin gluten" a la cazuela con pescado
Jamón serrano y queso
Yogur

11

Lechuga, lombarda, olivas
Crema de boniato
Muslo de pollo al estilo criollo
al horno
Fruta

12

Lechuga, remolacha, pepino
Hervido valenciano
con patata, zanahoria y cebolla
Filete de abadejo al caldo corto
Fruta

15

Lechuga, tomate, olivas
Crema de verduras campestres
Albóndigas de ave a la santanderina
al horno con salsa de hortalizas
Fruta

16

Lechuga, lombarda, maíz
Macarrones "sin gluten" con tomate y aceitunas
Tortilla francesa
Fruta

17

Lechuga, zanahoria, olivas
Arroz con coliflor y ajetes
Filete de abadejo en salsa mery con guisantes
al horno
Fruta

18

Lechuga, zanahoria, maíz
Hervido valenciano
con patata, zanahoria y cebolla
Alitas de pollo rustidas
al horno
Fruta

19

Lechuga, zanahoria, maíz
Sopa de ave con fideos "sin gluten"
Muslo de pollo al horno
Yogur

22

Festivo

23

Festivo

24

Festivo

25

Festivo

26

Festivo

29

Festivo

30

Festivo

31

INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.

LOS DULCES NATURALES ALEGRÍA



SABÍAS QUE:

DICIEMBRE FRUTA DE TEMPORADA: manzana, plátano, mandarina, naranja, pera i caqui persimón

CONSEJOS SALUDABLES

La fruta es el postre más dulce y natural, y además te da energía para jugar sin parar. ¡Disfruta de su variedad de colores y recuerda comer varias piezas al día!

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.