

MENÚ SEPTIEMBRE 2022

ALERGIA FRUTOS SECOS+PIEL DE MELOCOTON+MANZANA

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

SEMILLAS (pipas calabaza, girasol, piñones) Y CACAHUETE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				
12	13	14	15	16
Pan-Lechuga, tomate, maíz, carlota, olivas Macarrones Italiana (calabacín, berenjena, champi, tomate,cebolla) "Doré" de merluza con champiñones salteados Fruta	NO Frutos Secos Lentejas juliana de verduras Panini integral de vegetal NO SOJA TEXTURIZADA Helado (no f.secos)	Lechuga, tomate, pepino, olivas, no sésamo Pan Sopa de lluvia Albondigas jardinera con puré de patatas Fruta ecológica	Humus de garbanzos con nachos no sesamo Arroz de calamar y ajos tiernos Tortilla de cebolla con ensalada de tomate Fruta	Pan-Lechuga, tomate, zanahoria, atún, cebolla Crema de la Huerta Eco Jamoncitos de pollo a la barbacoa con cous-cous Fruta
19	20	21	22	23
Pan-Lechuga, tomate, remolacha, no pipas Patatas Riojana Merluza a la plancha con salteado de verduras Fruta	Pan-Lechuga, tomate, carlota, pepino Fabada vegetal Pollo NO manzana y maiz Yogurt	Pan-Lechuga, tomate, espárragos, olivas Espaguetis integral con atún Tortilla de zanahoria con queso Fruta	Pan-Canónigos, tomate, rabanos, no cacahuetes Sopa de estrellas Longanizas con patatas asadas Fruta ecológica	Pan-Lechuga, tomate, cebolla, no pasas , queso Arroz blanco con tomate Boquerones a la madreña con dados de calabacín y cebolla eco Granizado de piña casero
26	27	28	29	30
MEAT FREE MONDAY Crema de queso no galletitas saladas Arroz con acelgas Tortilla francesa con ensalada Fruta	Pan-Lechuga, tomate, col, carlota, NO manzana Potaje de garbanzos Lomo Adobado Artesanal con pisto Fruta	Pan integral- Lechuga, tomate, maíz, cebolla Caracolas Donatello (cebolla, champiñón, tomate, nata,) Carbonero al horno con cama de verduras Yogurt de beber	Pan-Lechuga, tomate, pepino, olivas negras Sopa de fideos (pasta y verdura eco) Entremuslo a la plancha con minipizeta de calabacín Fruta	Pan- Lechuga, lombarda, piña, zanahoria, no pipas Crema de lentejas rojas (lentejas rojas, patata, cebolla, puerro, carlota) Calamar andaluza con mazorca de maíz Fruta ECO

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 comuniquenlo al centro para que nos faciliten la información.