

**MENÚ SEPTIEMBRE 2022**  
**ALERGIA O INTOLERANCIA AL HUEVO**

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

**ALERGIA AL HUEVO**

\* No poner nunca huevo duro en las ensaladas, ni en las sopas ni legumbres

\* Los flanes, natillas o postres, leer antes la etiqueta, sino puede o tenéis duda, dar un yogurt.

\* Lo helados de vasito de la menorquina, no puede porque contienen trazas de huevo, darle de hielo.

\* Los rebozados y empanados siempre se harán con pan rallado y harina, nunca con huevo.

\* Ante cualquier duda, no dudéis en llamarnos y consultar.

\* LA PASTA puede contener trazas de huevo, por lo que la sustituiremos por pasta de arroz o maíz, a no ser que en el certificado médico conste que puede tomar trazas.

\* LOS HELADOS de hielo de Menorquina pueden contener trazas de huevo, por lo q no se los podemos dar a los intolerantes y/o alérgicos al huevo

a no ser que en el certificado médico conste que puede tomar trazas. Se sustituirá por yogurt o gelatina.

\*El yogurt de Rinya puede contener trazas de huevo.

\* La barra de queso de Rinya y la Rosmar contienen huevo.

¡¡¡ATENCIÓN!!! La barra de queso de ARGAL marca "EL CASAL" puede contener huevo.

PODEÍS GASTAR EL QUESO EDAM Y CHEDDAR DE EXTRAMAR

CUANDO PONE "FREÍR A PARTE", ES POR QUE SI SE VA A UTILIZAR FREIDORA, NO DEBE SER

EN ACEITE QUE HAYAMOS FRITO OTROS ALIMENTOS QUE CONTENGAN ALÉRGENOS, POR LO QUE SI NO

TENEMOS UNA FRIDORA LIMPIA O SOLO DE PATATAS, DEBEMOS FREÍR LOS ALIMENTOS

DE LAS DIETAS DE ALERGIAS A PARTE EN OTRA SARTÉN.