

MENÚ OCTUBRE 22
ALERGIA O INTOLERANCIA AL HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 Pan-Lechuga, tomate, pepino y remolacha Arroz al horno Merluza a la plancha con brocoli salteado Fruta	4 Pan- Lechuga, tomate, manzana, pasas Hervido valenciano o crema Pollo al horno y garbanzos salteados Mousse	5 Pan- Lechuga, carlota, canónigos, nueces Sopa de cocido pasta sin huevo TORTILLA de patatas con harina garbanzos con tomate natural Fruta Eco	6 Pan-Lechuga, maíz, cebollita tierna, olivas Alubias pintas Hamburguesa artesana con hortalizas Eco asadas Fruta	7 Pan-Frutos Secos Macarrones integrales provenzal Tomate, champiñón, hierbas provenzales, queso pasta sin huevo Caballa en escabeche con Ensalada (no huevo duro ni queso RINYA) Fruta
10 Lechuga, tomate, espárragos, aceitunas verdes Pan Espaguetis Basílico (PASTA SIN HUEVO) (Cebolla, ajo, albahaca. Tomate entero, orégano) Tortita de harina de garbanzos de calabacín con queso manchego (queso sin huevo) Fruta	11 Pan- Lechuga, tomate, cebolla crujiente, pipas Sopa Ave pasta sin huevo Jamoncitos de pollo al limón y repollo al pimentón Fruta	12 FIESTA	13 Pan integral -Lechuga, repollo, soja, carlota Arroz a la cubana (NO HUEVO) Carbonero Orloff (NO MAHONESA) con dados de Calabaza Eco Yogurt	14 Pan- Lechuga, queso, tomate, maíz, cebolla Potaje de garbanzos (SIN HUEVO DURO) Carne a la plancha con pisto Fruta eco
17 MEAT FREE MONDAY Pan- lechuga, brotes, pera, queso NO RINYA Fideua de champiñones vegetal pasta sin huevo Tortilla con harina de garbanzos con palomitas de coliflor Fruta	18 Pan- Lechuga, tomate, olivas, cebolla Lentejas juliana Pizza marinera (queso NO RINYA) Fruta	19 Pan-Lechuga, tomate, sardinillas, maíz Sopa de fideos pasta sin huevo Albóndigas en salsa y dados de patata al horno Yogurt de beber	20 Pan- Crema de queso NO galletitas saladas poned nachos o fajitas Arroz "en fesols i naps" Calamar andaluz fritos a parte Ensalada Eco Fruta	21 Pan-Lechuga, tomate, carlota, apio Crema de guisantes con tostones integrales Pavo al curry con cous-cous (pasta sin huevo) Fruta
24 Pan-Lechuga, tomate, cacahuetes, manzana Guisado de Ternera Tortita de harina de garbanzos de cebolla con queso NO RINYA Fruta	25 Humus con picos Paella de verduras Boquerón Orly y Ensalada americana Eco (no mahonesa) Fruta	26 DIA HALLOWEEN Pan- Ensalada haloween (no huevo) Pasta terrorífica pasta sin huevo Alas de murcielago a la barbacoa con Fantasmitas (Palomitas de maíz) Ojos de monstruos (que no contenga huevo) sino yogur o helado Kriature	27 Pan-Lechuga, tomate, maíz, olivas, cebolla Fabada vegetal Merluza al horno con patatas panaderas al horno Fruta	28 Escarola, tomate, granada, nueces, zanahoria Pan integral Sopa Maravilla pasta sin huevo Carne al ajillo y bravas de zanahoria (no ajoaceite) Fruta
31 Lechuga, tomate, carlota y cebolla crujiente Pan Espirales con bechamel de espinacas (PASTA SIN HUEVO) Crunch de Eglefino frito a parte con tomate Fruta				

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 "FREIR 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 FREIR LOS ALIMENTOS DE LAS DIETAS DE ALERGIAS A PARTE EN OTRA SARTÉN.