

**ALÉRGENOS\***



Información de sustancias o productos que causan alergias o intolerancias conforme al Reglamento (UE) 1169/2011 correspondiente a:

Menú General Público Transportado

**Noviembre 2016**

| Lunes   | Martes   | Miércoles   | Jueves   | Viernes   |
|---|--|---|--|---|
|   | <p>Día 1<br/><b>FESTIVO</b></p>  | <p>Día 2<br/>1º. Crema de verduras natural de temporada.<br/><b>Sulfitos</b><br/><br/>2º. Muslo de pollo asado en su jugo<br/><b>Sulfitos</b><br/>Patatas deluxe.<br/><br/>Fruta<br/>Pan<br/><b>Gluten</b></p>  | <p>Día 3<br/>1º. Lentejas con arroz y calabacín ecológico.<br/><b>Gluten, Sulfitos</b><br/><br/>2º. Lomo adobado al horno<br/><b>Soja, Leche(T), Sulfitos</b><br/>Centro de tomate y aceitunas verdes.<br/><b>Sulfitos</b><br/><br/>Fruta<br/>Pan<br/><b>Gluten</b></p>                                      | <p>Día 4<br/>1º. Espaguetis a la boloñesa con queso rallado.<br/><b>Gluten, Huevos(T), Soja, Leche, Apio, Sulfitos</b><br/><br/>2º. Varitas de merluza<br/><b>Gluten, Huevos(T), Pescado, Leche(T)</b><br/>Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y apio.<br/><b>Apio, Sulfitos</b><br/><br/>Fruta<br/>Pan Integral<br/><b>Gluten</b></p> |
| <p>Día 7<br/>Ensalada.<br/><b>Sulfitos</b><br/>1º. Sopa marinera con mollitas de pescado y lluvia.<br/><b>Gluten, Crustáceos, Huevos(T), Pescado, Sulfitos, Moluscos(T)</b><br/><br/>2º. Filete ruso de pollo con empanado casero<br/><b>Soja, Altramuces</b><br/>Carlota con champiñones.</p> <p>Lácteo<br/><b>Leche</b><br/>Pan<br/><b>Gluten</b></p> | <p>Día 8<br/>1º. Arroz con magro, garbanzos y pimiento.<br/><br/>2º. Abadejo al horno con tomate<br/><b>Pescado</b><br/>Ensalada mezclum con tomate, zanahoria y aceitunas verdes.<br/><b>Sulfitos</b><br/><br/>Fruta<br/>Pan<br/><b>Gluten</b></p>                                    | <p>Día 9<br/>1º. Macarrones con jamón, tomate y queso rallado.<br/><b>Gluten, Huevos(T), Soja, Leche</b><br/><br/>2º. Tortilla de calabacín<br/><b>Huevos</b><br/>Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino.<br/><b>Sulfitos</b><br/><br/>Fruta<br/>Pan<br/><b>Gluten</b></p> | <p>Día 10<br/>1º. Judías estofadas con acelgas<br/><b>Gluten, Sulfitos</b><br/><br/>2º. Rodaja de merluza<br/><b>Gluten, Crustáceos(T), Huevos, Pescado, Soja(T), Leche(T), Moluscos</b><br/>Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y maíz.<br/><b>Sulfitos</b><br/><br/>Fruta<br/>Pan<br/><b>Gluten</b></p> | <p>Día 11<br/>1º. Crema de calabaza natural.<br/><b>Sulfitos</b><br/><br/>2º. Salchichas caseras encebolladas al horno<br/><b>Sulfitos</b><br/>Ensalada italiana gourmet con caracolas, tomate y zanahoria.<br/><b>Gluten, Huevos(T), Sulfitos</b><br/><br/>Fruta<br/>Pan Integral<br/><b>Gluten</b></p>                                  |
| <p>Día 14<br/>1º. Potaje de garbanzos con acelgas.<br/><b>Gluten, Sulfitos</b><br/><br/>2º. Crujientes de merluza<br/><b>Gluten, Pescado</b><br/>Ensalada de lechuga, tomate cherry, zanahoria y maíz.<br/><b>Sulfitos</b></p> <p>Lácteo<br/><b>Leche</b><br/>Pan<br/><b>Gluten</b></p>   | <p>Día 15<br/>Ensalada.<br/><b>Sulfitos</b><br/>1º. Crema de puerros natural.<br/><b>Sulfitos</b><br/><br/>2º. Ternera estofada con carlota y guisantes<br/><b>Gluten, Soja, Apio, Sulfitos</b><br/>Patatas panadera.<br/><b>Sulfitos</b><br/><br/>Fruta<br/>Pan<br/><b>Gluten</b></p> | <p>Día 16<br/>1º. Espirales con atún y tomate.<br/><b>Gluten, Huevos(T), Pescado</b><br/><br/>2º. Tortilla de patata<br/><b>Huevos</b><br/>Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas verdes.<br/><b>Sulfitos</b><br/><br/>Fruta<br/>Pan<br/><b>Gluten</b></p>              | <p>Día 17<br/>Ensalada.<br/><b>Sulfitos</b><br/>1º. Caldo casero con verduras y letras.<br/><b>Gluten, Huevos(T), Apio</b><br/><br/>2º. Cinta de lomo asada en su jugo<br/><b>Soja, Apio, Sulfitos</b><br/>Arroz blanco.<br/><br/>Fruta<br/>Pan<br/><b>Gluten</b></p>  | <p>Día 18<br/>1º. Guisado de pavo con judías verdes.<br/><b>Gluten, Sulfitos</b><br/><br/>2º. Ventresca de merluza a la romana<br/><b>Gluten, Huevos, Pescado</b><br/>Ensalada gourmet con tomate, zanahoria y apio.<br/><b>Apio, Sulfitos</b><br/><br/>Fruta<br/>Pan Integral<br/><b>Gluten</b></p>                                      |

|   |   |  |   |   |
|---|---|--|---|---|
| <b>Día 21</b><br>Ensalada.<br><b>Sulfitos</b><br>1º. Olla de legumbres.<br><b>Gluten, Sulfitos</b><br><br>2º. Hamburguesa de ternera al horno con<br><b>Soja, Sulfitos</b><br>Patatas y carlota al vapor.<br><b>Sulfitos</b><br><br>Lácteo<br><b>Leche</b><br>Pan<br><b>Gluten</b>                  | <b>Día 22</b><br>1º. Arroz de verdura con guisante, pimiento y coliflor ecológica.<br><br>2º. Cazón con empanado casero<br><b>Pescado, Gluten, Huevos</b><br>Ensalada mezclum con tomate, zanahoria y apio.<br><b>Apio, Sulfitos</b><br><br>Fruta<br>Pan<br><b>Gluten</b> | <b>Día 23</b><br>1º. Fideuá campellera con atún y calamar.<br><b>Gluten, Crustáceos, Huevos(T), Pescado, Sulfitos, Moluscos</b><br><br>2º. Tortilla de jamón york<br><b>Huevos</b><br>Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino.<br><b>Sulfitos</b><br><br>Fruta<br>Pan<br><b>Gluten</b> | <b>Día 24</b><br>1º. Crema de espinacas popeye.<br><b>Sulfitos</b><br><br>2º. Filete de fogonero con rebozado casero<br><b>Gluten, Pescado, Apio(T), Mostaza(T), Granos de sésamo(T)</b><br>Ensalada campera con lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas negras.<br><b>Sulfitos</b><br><br>Fruta<br>Pan<br><b>Gluten</b> | <b>Día 25</b><br>Ensalada.<br><b>Sulfitos</b><br>1º. Caldo madrileño con fideos.<br><b>Gluten, Huevos(T), Apio</b><br><br>2º. Cocido madrileño con pollo, ternera, garbanzos, chorizo y col.<br><b>Soja, Apio, Sulfitos</b><br><br>3º. Napolitana de crema<br><b>Gluten, Huevos</b> |
| <b>Día 28</b><br>1º. Guisado de albóndiguitas con carlota y pimiento.<br><b>Gluten, Sulfitos, Soja</b><br><br>2º. Bacalao al horno con tomate<br><b>Pescado</b><br>Ensalada de lechuga, tomate cherry, zanahoria y pepino.<br><b>Sulfitos</b><br><br>Lácteo<br><b>Leche</b><br>Pan<br><b>Gluten</b> | <b>Día 29</b><br>1º. Crema de zanahoria natural.<br><b>Sulfitos</b><br><br>2º. Salchichas frankfurt al horno<br><b>Soja(T), Leche(T), Sulfitos</b><br>Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y apio.<br><b>Apio, Sulfitos</b><br><br>Fruta<br>Pan<br><b>Gluten</b>        | <b>Día 30</b><br>1º. Arroz a la cubana con tomate y huevo duro.<br><b>Huevos</b><br><br>2º. Filete de merluza al vapor<br><b>Pescado</b><br>Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas verdes.<br><b>Sulfitos</b><br><br>Fruta<br>Pan<br><b>Gluten</b>                                 |   |   |

Un alérgeno\* es un componente que puede provocar alergia o intolerancia a personas sensibles a dicho compuesto. Por lo general, los alérgenos\* no son sustancias problemáticas en personas sanas. En esta tabla, la presencia del alérgeno, o de trazas (T) (debido a contacto cruzado), no siempre significa que la receta contenga ese alimento, sino que forma parte (en pequeñas cantidades) de la composición del ingrediente utilizado. En España, sólo el 5% de la población presenta algún tipo de alergia alimentaria. El 95% restante no presenta ninguna complicación al consumir dichos alérgenos\*.