

MENÚ NO FRUTOS SECOS, LEGUMBRES (EXCEPTO GUISANTE), ESPINACAS, REPOLLO, COLIFLOR, BRÓCOLI, PIMENTÓN, PIMIENTOS, TOMATE NATURAL Y PISTO

LUNES	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
<p>La fruta durante este mes variará entre: manzana, plátano, pera, naranja y mandarina.</p> <p>The piece of fruit served with the menu this month will be one of the following: apple, banana, pear, orange and tangerine.</p> <p>Con el menú se ofrece pan y agua todos los días.</p> <p>Bread and water are served with the menu.</p>	ESPAGUETIS CON CHAMPIÑONES Y TOMATE (1)(Tr.:3) Spaghetti with mushroom and tomato sauce (1)(Tr.:3) VARITAS DE MERLUZA (palitos de merluza empanados) (1, 4)(Tr.:2, 3, 7, 14) Fish fingers (1, 4)(Tr.:2, 3, 7, 14) Con GUISANTES REHOGADOS With Peas with garlic FRUTA Fruit KCal:756 Gr.:28 HC:93 Pro: 27	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS Potato stew with vegetables TORTILLA DE PATATA (3) Spanish omelette (3) Con ENSALADA With Salad FRUTA Fruit KCal:564 Gr.:21 HC:69 Pro: 17	PURE DE CALABACIN Zucchini puree POLLO ASADO A LA NARANJA Roasted chicken with orange Con PATATAS FRITAS With Fried potatoes FRUTA Fruit KCal:535 Gr.:27 HC:47 Pro: 23	ARROZ TRES DELICIAS (huevo, zanahoria y guisante) (3) Fried rice with egg, carrots and peas (3) COLITAS DE BACALAO AL HORNO (4) Baked cod (4) Con ZANAHORIAS COCIDAS With Boiled carrots FRUTA Fruit KCal:608 Gr.:17 HC:84 Pro: 26
9	10	11	12	13
PURE DE VERDURAS Vegetables puree CINTA DE LOMO DE CERDO FRESCA A LA PLANCHA Griddle pork loin Con ENSALADA With Salad FRUTA Fruit KCal:508 Gr.:30 HC:38 Pro: 17	FIDEUA DE CARNE (de pollo y magro de cerdo) (1)(Tr.:3) Pork and chicken fideua (1)(Tr.:3) MERLUZA AL HORNO (4) Baked hake (4) Con VERDURITAS REHOGADAS With Vegetables FRUTA Fruit KCal:551 Gr.:19 HC:63 Pro: 28	GUISANTES REHOGADOS CON HUEVO COCIDO (3) Sautéed peas with boiled egg (3) RAGOUT DE TERNERA (ternera estofada con cebolla, zanahoria y puerro) Beef stew Con ARROZ BLANCO With White rice FRUTA Fruit KCal:550 Gr.:21 HC:56 Pro: 29	SOPA DE HORTALIZAS (1)(Tr.:3) Vegetables soup (1)(Tr.:3) FILETE DE POLLO A LA PLANCHA Griddle chicken fillet Con ENSALADA With Salad FRUTA Fruit KCal:403 Gr.:15 HC:47 Pro: 16	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS Potato stew with vegetables BOQUERONES FRITOS (1, 4)(Tr.:2, 7, 14) Fried anchovies (1, 4)(Tr.:2, 7, 14) Con ENSALADA With Salad FRUTA Fruit KCal:619 Gr.:23 HC:74 Pro: 21
16	17	18	19	20
ESPIRALES SALTEADAS CON VERDURAS (1)(Tr.:3) Pasta saute with vegetables (1)(Tr.:3) BACALAO AL HORNO (4) Baked cod (4) Con ZANAHORIAS COCIDAS With Boiled carrots FRUTA Fruit KCal:588 Gr.:16 HC:78 Pro: 27	PURE DE ZANAHORIA Carrot puree JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO Baked chicken drumsticks Con PATATAS FRITAS With Fried potatoes FRUTA Fruit KCal:500 Gr.:22 HC:49 Pro: 22	GUISANTES REHOGADOS CON CEBOLLA Sautéed peas with onion TORTILLA DE PATATA (3) Spanish omelette (3) Con ENSALADA With Salad FRUTA Fruit KCal:479 Gr.:21 HC:51 Pro: 17	PAELLA VALENCIANA (con verduras y pollo) Paella MERLUZA A LA PLANCHA (4) Griddle hake (4) Con ENSALADA With Salad FRUTA Fruit KCal:568 Gr.:14 HC:82 Pro: 23	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS Potato stew with vegetables HAMBURGUESA AL HORNO CON TOMATE (carne de cerdo y ternera) (SIN GLUTEN NI HUEVO) Baked hamburger with tomato sauce Con VERDURITAS REHOGADAS With Vegetables FRUTA Fruit KCal:569 Gr.:18 HC:63 Pro: 25
23	24	25	26	27
CHAMPIÑONES REHOGADOS Sautéed mushrooms CINTA DE LOMO DE CERDO FRESCA A LA PLANCHA Griddle pork loin Con ENSALADA With Salad FRUTA Fruit KCal:490 Gr.:31 HC:30 Pro: 19	MACARRONES SALTEADOS CON VERDURAS (1)(Tr.:3) Sautéed macaroni with vegetables (1)(Tr.:3) BOQUERONES FRITOS (1, 4)(Tr.:2, 7, 14) Fried anchovies (1, 4)(Tr.:2, 7, 14) Con VERDURITAS REHOGADAS With Vegetables FRUTA Fruit KCal:715 Gr.:25 HC:90 Pro: 24	PURE DE CALABAZA Pumpkin puree TERNERA ASADA EN SALSA Roast beef Con PATATA ASADA With Baked potato FRUTA Fruit KCal:449 Gr.:18 HC:46 Pro: 22	ARROZ BLANCO CON TOMATE Rice with tomato sauce HUEVOS AL HORNO CON VERDURAS (3) Baked eggs with vegetables (3) Con ENSALADA With Salad FRUTA Fruit KCal:584 Gr.:17 HC:86 Pro: 17	PATATAS GUIADAS CON PUERROS Y ZANAHORIAS Potato stew with leeks and carrots BACALAO AL HORNO (4) Baked cod (4) Con GUISANTES REHOGADOS With Peas with garlic FRUTA Fruit KCal:498 Gr.:16 HC:58 Pro: 25

Contenido de alérgenos en el producto final según el Reglamento N°1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor:

1-Gluten 2-Crustáceos 3-Huevo 4-Pescado 5- Cacahuets 6-Soja 7-Leche y lactosa 8-Frutos de cáscara 9-Apio 10-Mostaza 11-Sésamo 12-Sulfitos 13-Altramuces 14-Moluscos Tr- Trazas
Recomendaciones para la cena/suggestions for dinner:
Semana/week 3-6 abril/april 2018

Día 3: verdura y cerdo. / day 3: vegetables and pork.
 Día 4: verdura y ternera. / day 4: vegetables and beef.
 Día 5: sopa y conejo. / day 5: soup and rabbit.
 Día 6: ensalada y huevo. / day 6: salad and egg.

Semana/week 9-13 abril/april 2018

Día 9: ensalada y pollo. / day 9: salad and chicken.
 Día 10: verdura y huevo. / day 10: vegetables and egg.
 Día 11: arroz y cerdo. / day 11: rice and pork.
 Día 12: verdura y pescado. / day 12: vegetables and fish.
 Día 13: verdura y ternera / day 13: vegetables and beef.

Semana/week 16-20 abril/april 2018

Día 16: verdura y pavo. / day 16: vegetables and turkey.
 Día 17: pasta y ternera. / day 17: pasta and beef.
 Día 18: verdura y cordero. / day 17: vegetables and lamb.
 Día 19: ensalada y cerdo. / day 19: salad and pork.
 Día 20: verdura y huevo. / day 20: vegetables and egg.

Semana/week 19-23 abril/april 2018

Día 23: verdura y ternera. / day 23: vegetables and beef.
 Día 24: sopa y pescado. / day 25: soup and fish.
 Día 25: verdura y huevo. / day 26: vegetables and egg.
 Día 26: ensalada y conejo. / day 24: salad and rabbit.
 Día 27: verdura y pavo / day 27: vegetables and turkey.

