

## MENÚ NOVIEMBRE 2024

				VIERNES 1
				NO
				NO
				NO
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
NO	Lentejas	Mini empanadillas (Alérgenos 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14)	Sopa de verduras (Alérgenos 2-5-6)	Ensalada griega (Alérgenos 7)
	Filete de cerdo a la plancha con patatas fritas	Merluza en salsa verde con brócoli y patatas (Alérgenos 5-11)	Pizza (Alérgenos 5-6-7)	Arroz con pollo
	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada	Fruta de temporada
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Judías verdes salteadas con pavo	Sopa de zanahoria y estrellitas (Alérgenos 5-6)	Ensalada del huerto	Potaje de alubias	Arroz de verduras
Guiso de carne a la jardinera con pasta (Alérgenos 5-6)	Palometa en tomate con patatas (Alérgenos 11)	Macarrones gratinados (Alérgenos 5-6-7)	Muslo de pollo al horno con ensalada mixta	Bacalao a la gallega con patatas y guisantes (Alérgenos 11)
Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Brócoli con huevo y tomate (Alérgenos 6)	Crema de verduras	Guisantes con jamón	Garbanzos con espinacas	Sopa de verduras (Alérgenos 2-5-6)
Fideuá marinera (Alérgenos 5-6-11-12)	Lomo de cerdo en salsa de zanahorias con arroz	Salmón a la riojana con patatas (Alérgenos 11)	Hamburguesa de pollo a la plancha con ensalada mixta	Huevos a la flamenca (Alérgenos 6)
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Menestra de verduras	Caldo gallego	Crema de calabacín	Ensalada de pasta (Alérgenos 5-6-11)	Sopa de calabaza y puerro (Alérgenos 5-6)
Espaguetis a la boloñesa (Alérgenos 5-6)	Palometa la gallega con patatas y guisantes (Alérgenos 11)	Tortilla de patatas con ensalada mixta (Alérgenos 6)	Merluza rebozada con tomate aliñado (Alérgenos 5-6-11)	Paella (Alérgenos 11-12)
Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada

ALÉRGENOS			
1- ALTRAMUSOS	5- GLUTEN	9- SOJA	13- SESAMO
2- APIO	6- HUEVO	10- SULFITOS	14- FRUTOS SECOS CON CASCARA
3- CACAHUETE	7- LACTEOS	11- PESCADO	
4- CRUSTACEOS	8- MOSTAZA	12- MOLUSCOS	



  
 Azucena Veloso Iglesias  
 T.S. en Dietética y Nutrición

**Nota importante:** los usuarios con alergias o intolerancias, dispondrán de un menú elaborado con productos según sus necesidades.