

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.