



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<b>Día 1</b>  <b>FESTIVO</b>	<b>Día 2</b> 1º. Macarrones con atún y tomate <b>Pescado, Gluten, Huevo(T)</b>  2º. Tortilla francesa <b>Huevo</b> Ensalada de mézclum con zanahoria, apio y pepino <b>Sulfitos, Apio</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 3</b> 1º. Crema de verduras natural de temporada <b>Sulfitos</b>  2º. Albóndigas estofadas <b>Gluten, Sulfitos</b> Guisantes y carlotitas -  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 4</b> 1º. Olla de legumbres <b>Sulfitos, Gluten</b>  2º. Ventresca de merluza a la gallega <b>Pescado</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y maíz <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>
<b>Día 7</b> 1º. Sopa de pescado con fideos <b>Pescado, Crustáceo(T), Molusco(T), Gluten, Huevo(T)</b>  2º. Muslo de pollo asado a las finas hierbas - Patatas a la brava <b>Sulfitos</b>  Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 8</b> 1º. Lentejas estofadas con espinacas <b>Gluten, Sulfitos</b>  2º. Croquetas de bacalao <b>Gluten, Leche, Huevo(T), Soja(T), Crustáceo(T), Molusco(T), Pescado</b> Ensalada campestre con tomate, zanahoria y lombarda <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 9</b> 1º. Menestra de verduras <b>Sulfitos, Gluten</b>  2º. Hamburguesa al horno encebollada <b>Sulfitos</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, queso fresco y huevo duro <b>Sulfitos, Leche, Huevo</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 10</b> 1º. Arroz caldoso con <b>garbanzos ecológicos</b> y judías verdes <b>Gluten, Sulfitos</b>  2º. Tortilla de patata <b>Huevo</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y maíz <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 11</b> 1º. Crema de calabaza natural <b>Sulfitos</b>  2º. Filete de merluza al horno con pisto <b>Pescado</b> Ensalada de lechuga, zanahoria, apio y remolacha <b>Sulfitos, Apio</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>
<b>Día 14</b> 1º. Espaguetis a la boloñesa con queso rallado <b>Gluten, Huevo(T), Sulfitos, Leche</b>  2º. Tortilla francesa <b>Huevo</b> Ensalada campestre con zanahoria, maíz y lombarda <b>Sulfitos</b>  Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 15</b> 1º. Judías huertanas con <b>cebolla ecológica</b> <b>Sulfitos, Gluten</b>  2º. Ventresca de merluza al limón <b>Pescado</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y apio <b>Sulfitos, Apio</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 16</b> 1º. Crema espinacas natural <b>Sulfitos</b>  2º. Pechuga de pollo a la plancha con ajitos - Patatas al curry <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 17</b> 1º. Arroz de verdura con coliflor -  2º. Calamares a la romana <b>Pescado, Gluten, Huevo, Leche, Apio(T), Molusco, Crustáceo(T), Sulfitos(T), Soja(T)</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 18</b> 1º. Sopa de cocido con lluvia <b>Apio, Gluten, Huevo(T)</b>  2º. Cocido completo con garbanzos, verduras, magro y col <b>Sulfitos, Apio</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>
<b>Día 21</b> 1º. Lentejas huertanas con acelgas <b>Sulfitos, Gluten</b>  2º. Boquerones rebozados <b>Pescado, Gluten, Huevo, Leche(T), Crustáceo(T), Molusco(T)</b> Ensalada mézclum con tomate, zanahoria y aceitunas <b>Sulfitos</b> Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 22</b> 1º. Crema natural de coliflor y <b>manzana ecológica</b> <b>Sulfitos</b>  2º. Lomo en su jugo a la mostaza <b>Soja(T), Leche(T), Mostaza</b> Judías verdes al ajillo <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 23</b> 1º. Ensalada primavera con jamón y queso <b>Soja, Leche, Sulfitos</b>  2º. Arroz a la cubana con tomate y huevo duro <b>Huevo</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 24</b> 1º. Potaje de garbanzos <b>Gluten, Sulfitos</b>  2º. Croquetas de pollo <b>Gluten, Leche, Huevo(T), Soja, Crustáceo(T), Molusco(T), Pescado(T)</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino <b>Sulfitos</b>  Fruta - Pan <b>Gluten</b>	<b>Día 25</b> 1º. Sopa bullabesa <b>Pescado, Crustáceo(T), Molusco, Gluten, Huevo(T)</b>  2º. Caldereta de pescado con patatas <b>Pescado, Crustáceo(T), Molusco, Sulfitos</b> Mayonesa <b>Huevo</b>  Postre especial <b>Gluten, Leche, Huevo, Soja</b> Pan <b>Gluten</b>

Día 28	Día 29	Día 30
1º. Fideuá a la marinera <b>Pescado, Crustáceo(T), Molusco, Gluten, Huevo(T)</b>	1º. Sopa de ajo con huevo duro y fideos <b>Apio, Gluten, Huevo(T)</b>	1º. Crema de guisantes natural con aceite al romero <b>Sulfitos</b>
2º. Lomo adobado al horno <b>Soja, Leche</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y lombarda <b>Sulfitos</b>	2º. Filete de merluza al horno con <i>carlotitas ecológicas</i> <b>Pescado</b> Patatas a la gallega <b>Sulfitos</b>	2º. Pechuga de pollo empanada <b>Gluten, Huevo, Leche, Soja(T), Sésamo(T)</b> Ensalada campestre con tomate, zanahoria y pepino <b>Sulfitos</b>
Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b>	Fruta - Pan <b>Gluten</b>	Fruta - Pan <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\*.