



MENÚ DE INVIERNO

SEMANA N.º 1

Alérgenos

LUNES

Puchero con fideos y verduras (zanahoria, apio, puerro)	Gluten y apio
Tortilla francesa	Huevo
Pan integral	Gluten
Yogur	Leche

MARTES

Macarrones con tomate y atún	Gluten y pescado
Ensalada mixta (lechuga y maíz)	Sulfito
Pan	Gluten
Fruta del tiempo	

MIÉRCOLES

Lentejas guisadas con zanahorias, calabacín, patatas	-
Varitas de merluza	Pescado y gluten
Pan	Gluten
Fruta del tiempo	

JUEVES

Crema de puerros con quesitos	Leche
Filetes de merluza a la plancha	Pescado
Pan	Gluten
Fruta del tiempo	

VIERNES

Arroz con pollo	Sulfito
Tomate aliñado	Sulfito
Pan	Gluten
Fruta del tiempo	



MENÚ DE INVIERNO

SEMANA N° 2

Alérgenos

LUNES

Arroz con tomate frito y salchichas

Aliño de zanahorias

Pan integral

Fruta del tiempo

Sulfito

Gluten

MARTES

Crema de verduras

Bacalao con tomate

Pan

Fruta del tiempo

Pescado

Gluten

MIÉRCOLES

Patatas guisadas con salmón

Ensalada de lechuga y jamón York

Pan

Fruta del tiempo

Pescado

Sulfito

Gluten

JUEVES

Espaguetis a la boloñesa con calabacín y berenjenas

Queso fresco

Pan

Fruta del tiempo

Gluten y sulfito

Leche

Gluten

VIERNES

Cocido con calabaza y judías verdes

Pringá (carne de cerdo, chorizo y morcilla)

Pan

Fruta del tiempo

Gluten



MENÚ DE INVIERNO

SEMANA N° 3

Alérgenos

LUNES

Puchero con verduras y estrellitas
Tortilla francesa
Pan Integral
Yogur

Apio y gluten
Huevo
Gluten
Leche

MARTES

Potaje de alubias con zanahorias
Queso fresco
Pan
Fruta del tiempo

Leche
Gluten

MIÉRCOLES

Puré de calabaza con picatostes
Filetes de lomo adobado
Pan
Fruta del tiempo

Gluten
Gluten

JUEVES

Albóndigas de pollo con tomate y puré de patatas
Aliño de pepino
Pan
Fruta del tiempo

Metasulfito potásico y sódico
Sulfito
Gluten

VIERNES

Merluza con guisantes
Salteado de arroz blanco
Pan
Fruta del tiempo

Pescado
Gluten

MENÚ DE INVIERNO

SEMANA N° 4

Alérgenos

LUNES

Pavo en salsa con patatas fritas	Sulfito
Aliño de zanahorias	Sulfito
Pan integral	
Fruta del tiempo	Gluten

MARTES

Lentejas con zanahorias y calabacín	
Boquerones fritos	Pescado, gluten y huevo
Pan	Gluten
Fruta del tiempo	

MIÉRCOLES

Arroz marinero (merluza, chocos, gambas)	Pescado, crustáceo, molusco y sulfito
Salteado de judías verdes con ajo	
Pan	Gluten
Fruta del tiempo	

JUEVES

Potaje de garbanzos	
Pringá (carne de cerdo, chorizo y morcilla)	
Pan	Gluten
Fruta del tiempo	

VIERNES

Puré de verduras* con picatostes	Gluten
Tortilla francesa	Huevo
Pan	Gluten
Fruta del tiempo	

□ calabaza, espinacas, calabacín, patatas, zanahorias y puerros



MENÚ DE INVIERNO

SEMANA Nº 5

Alérgenos

LUNES

Potaje de chícharos (alubias blancas)

Lonchitas de jamón york

Pan integral

Gluten

Yogur

Leche

MARTES

Tiburones a la boloñesa

Gluten

Remolachas aliñadas

Sulfito

Pan

Gluten

Fruta del tiempo

MIÉRCOLES

Puchero con arroz y ternera

Apio

Buñuelos de bacalao

Pescado, gluten y huevo

Pan

Gluten

Fruta del tiempo

JUEVES

Puré de calabacín

Hamburguesa de pollo

Sulfito

Pan

Gluten

Fruta del tiempo

VIERNES

Merluza en salsa con menestra de verduras

Pescado

Patatas a lo pobre

Pan

Gluten

Fruta del tiempo