

MENÚ GENERAL ALÉRGICO
SIN HUEVO NUESTRA SEÑORA DE LA PALOMA

NOVIEMBRE 2021


Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

<p>20 de noviembre Día de los derechos de la infancia Tengo Derecho a:</p> <p>Pensar de forma diferente ser escuchado</p> <p>QUE NO ME INTIMIDEN Opinar Elegir mi religión</p> <p>Decir libremente aquello que creo importante... QUE Nadie me invada</p> 	<p>Macarrones con bacon (sin queso, pasta sin huevo) Alérgeno: soja Lacón al horno con rodajas de tomate natural Piña en su jugo y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 2 Kcal. 701 Prot. 28 Lip. 25 H.C. 91</p>	<p>Brócoli rehogado con patatas al vapor Hamburguesa de pollo ensalada lechuga, aceitunas, manzana y zanahoria Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 3 Kcal. 610 Prot. 25 Lip. 28 H.C. 65</p>	<p>Judías pintas ecológicas con verduras Salmón al horno con salsa de naranja y patata asada Alérgeno: pescado Fruta, y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 4 Kcal. 649 Prot. 27 Lip. 17 H.C. 96</p>	<p>Guiso de fideos con calamares y rape (fideos sin huevo) Alérgeno: soja, crustáceos, pescado, moluscos, sulfitos y sulfurosos Tenera a la plancha con rodajas de tomate natural Fruta, y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 5 Kcal. 725 Prot. 36 Lip. 26 H.C. 87</p>
<p>Lentejas ecológicas con verduras Alérgeno: gluten Fogonero con tomate frito y verduras Alérgeno: pescado, gluten Fruta, y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 8 Kcal. 723 Prot. 37 Lip. 16 H.C. 109</p>	<p>FESTIVO</p> <p> día 9 Kcal. Prot. Lip. H.C.</p>	<p>Judías verdes con tomate Filete de pavo empanado sin huevo con patatas fritas Alérgeno: gluten Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 10 Kcal. 761 Prot. 27 Lip. 35 H.C. 85</p>	<p>Sopa de cocido (fideos sin huevo) Alérgeno: soja Cocido completo, morcillo, chorizo, patata, repollo Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 11 Kcal. 588 Prot. 26 Lip. 19 H.C. 80</p>	<p>Patatas con carne Merluza enharinada con ensalada lechuga, tomate, remolacha Alérgeno: pescado, gluten Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 12 Kcal. 723 Prot. 35 Lip. 26 H.C. 87</p>
<p>Macarrones con tomate (sin queso, pasta sin huevo) Alérgeno: soja Merluza al horno con ensalada lechuga, tomate y remolacha Alérgeno: pescado Fruta, y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 15 Kcal. 599 Prot. 28 Lip. 15 H.C. 89</p>	<p>Sopa de tomate (pasta sin huevo) Alérgeno: soja Albóndigas de pollo con patatas fritas Alérgeno: gluten Fruta, y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 16 Kcal. 605 Prot. 26 Lip. 24 H.C. 71</p>	<p>Puchero de garbanzos Salmón al horno con ensalada lechuga, aceitunas, maíz y manzana Alérgeno: pescado Yogur ecológico batido (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 17 Kcal. 829 Prot. 43 Lip. 38 H.C. 78</p>	<p>Coliflor con bechamel Alérgenos: gluten, lácteos y derivados Pollo cammperio asado con ensalada lechuga, maíz, tomate y zanahoria Fruta, y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 18 Kcal. 661 Prot. 49 Lip. 29 H.C. 50</p>	<p>Sopa de picadillo (sin huevo, pasta sin huevo) Alérgeno: soja Bacalao enharinado con patata a la gallega y rodaja de tomate natural Alérgeno: pescado, gluten Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 19 Kcal. 622 Prot. 23 Lip. 24 H.C. 78</p>
<p>Lentejas ecológicas con verduras Alérgeno: gluten Palometa con pisto (sin huevo) Alérgeno: pescado, gluten Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 22 Kcal. 635 Prot. 31 Lip. 15 H.C. 94</p>	<p>Crema de espinacas Alérgeno: apio Tenera estofada con verduras y arroz Fruta, y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 23 Kcal. 626 Prot. 22 Lip. 25 H.C. 77</p>	<p>Judías verdes rehogadas Filete de pavo empanado sin huevo con patatas asadas Alérgeno: gluten Fruta, y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 24 Kcal. 651 Prot. 26 Lip. 24 H.C. 82</p>	<p>Judías blancas ecológicas con verduras Fogonero al horno con ensalada lechuga, maíz, naranja Alérgeno: pescado Yogur (lácteos y derivados) y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 25 Kcal. 592 Prot. 37 Lip. 12 H.C. 84</p>	<p>Patatas guisadas con rape Alérgeno: pescado Cinta de lomo con ensalada de lechuga y maíz Fruta, y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 26 Kcal. 779 Prot. 33 Lip. 37 H.C. 78</p>
<p>Espaguetis integrales con bacon y tomate (sin queso, pasta sin huevo) Alérgeno: soja Merluza al horno con calabacín plancha Alérgeno: pescado Fruta, y pan (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 29 Kcal. 599 Prot. 28 Lip. 15 H.C. 89</p>	<p>Crema de champiñón Lomo fresco plancha con patatas fritas Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)</p> <p> día 30 Kcal. 793 Prot. 22 Lip. 40 H.C. 86</p>	<p>* LEYENDA - ECOLÓGICO - INTEGRAL * LA FRUTA DE TEMPORADA DE ESTE MES ES: - MANZANA - PERA - BANANA - MANDARINA - NARANJA</p>		