



**SIN LACTOSA, PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA,
LÁCTEOS, HUEVO NUESTRA SEÑORA DE LA PALOMA**

Parga y López

ENERO 2022

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

VACACIONES DE NAVIDAD					
Macarrones con bacon (sin queso, pasta sin huevo) Alérgeno: soja Lácteos al horno con rodajas de tomate natural Piña en su jugo y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 10 Kcal. 868 Prot. 28 Lip. 45 H.C. 89	Judías pintas ecológicas con verduras Bacalao enharinado con ensalada lechuga, aceitunas, manzana y zanahoria Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 11 Kcal. 656 Prot. 29 Lip. 21 H.C. 88	Crema de lombarda y patata Alérgeno: apio Hamburguesa de pollo con ensalada lechuga, tomate y zanahoria Yogur de soja (soja) y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 12 Kcal. 639 Prot. 23 Lip. 33 H.C. 60
Lentejas ecológicas con verduras Alérgeno: gluten Caballa con pisto Alérgeno: pescado, moluscos, crustáceos Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 17 Kcal. 635 Prot. 31 Lip. 15 H.C. 94	Crema de calabacín, puerro y patata Lomo fresco plancha con ensalada tomate, cebolla y aceituna Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 18 Kcal. 695 Prot. 21 Lip. 38 H.C. 68	Sopa de verduras (fideos sin huevo) Alérgeno: soja Merluza enharinada con ensalada lechuga, tomate, remolacha Alérgeno: pescado, gluten Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 19 Kcal. 717 Prot. 28 Lip. 35 H.C. 72
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)	dia 24 Kcal. 557 Prot. 25 Lip. 11 H.C. 89	Crema de puerros y patata Albóndigas de pollo con champiñón Fruta de temporada y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 25 Kcal. 649 Prot. 25 Lip. 22 H.C. 88	Judías blancas ecológicas con verduras Filete de pavo a la plancha con ensalada de lechuga, aceitunas, maíz y manzana Yogur de soja (soja), pan (gluten, soja, sésamo)	dia 26 Kcal. 621 Prot. 38 Lip. 19 H.C. 72
Lentejas ecológicas con verduras Alérgeno: gluten Merluza enharinada con ensalada de lechuga, tomate y aceituna Alérgeno: pescado, gluten Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 31 Kcal. 696 Prot. 32 Lip. 22 H.C. 93				
ENERO 2022					
7		NO LECTIVO		14	
Guiso de fideos con calamares y rape (fideos sin huevo) Alérgeno: crustáceos, pescado, moluscos, sulfitos y sulfurosos Merluza enharinada con rodajas de tomate natural Alérgeno: pescado, gluten Fruta de temporada y pan (gluten, soja, sésamo)		13		20	
Patatas guisadas con carne Fogonero al horno con ensalada de lechuga, cebolla y maíz Alérgeno: pescado Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)		19		21	
DÍA DE LA PAZ Arroz con tomate Lomo fresco a la plancha con ensalada de lechuga, y maíz Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)		27		28	