

**MENÚ MUSULMÁN
(NUESTRA SEÑORA DE LA PALOMA)**



Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

MAYO 2022

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

FESTIVO	dia 2	Macarrones con queso (sin bacon) Alérgeno: lácteos y derivados, huevo, gluten Merluza enharinada con ensalada lechuga, tomate y aceituna Alérgeno: pescado, gluten, sulfitos Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 3	Judías verdes rehogadas Filete de pollo a la plancha con patatas fritas Fruta de temporada y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 4	Garbanzos guisados con verduras Salmón al horno con ensalada lechuga, aceitunas, naranja y maíz y/o gazpacho Alérgeno: pescado, sulfitos Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 5	Sopa de verduras (sin jamón) Alérgeno: huevo, gluten Estofado de ternera con verduras y patatas fritas Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 6										
	Kcal. 661	Prot. 27	Lip 19	H.C. 95	Kcal. 627	Prot. 31	Lip 26	H.C. 69	Kcal. 786	Prot. 46	Lip 26	H.C. 92	Kcal. 686	Prot. 30	Lip 28	H.C. 79			
FESTIVO	dia 9	Lentejas ecológicas con verduras Alérgeno: gluten Caballa con ensalada lechuga, tomate y cebolla Alérgeno: pescado, moluscos, crustáceos, sulfitos Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 10	Coliflor con bechamel Alérgeno: gluten, lácteos y derivados Ragú de pavo con patatas Alérgeno: pescado, sulfitos Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 11	Crema de verduras ecológicas frescas Fogonero rebozado con ensalada lechuga, tomate, remolacha Alérgeno: pescado, huevo, gluten, sulfitos Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 12	Crema de calabaza Garbanzos guisados con verduras Fruta de temporada y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 13										
	Kcal. 642	Prot. 37	Lip 9	H.C. 103	Kcal. 799	Prot. 42	Lip 32	H.C. 78	Kcal. 617	Prot. 23	Lip 17	H.C. 94	Kcal. 643	Prot. 20	Lip 14	H.C. 110	Kcal. 682	Prot. 19	Lip 31
FESTIVO	dia 16	Macarrones con queso y tomate Alérgeno: lácteos y derivados, huevo, gluten Merluza rebozada con ensalada lechuga, maíz y cebolla Alérgeno: pescado, huevo, gluten, sulfitos Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 17	Judías pintas ecológicas con verduras Ternera a la plancha con ensalada lechuga, maíz, tomate y zanahoria Alérgeno: sulfitos Yogur batido con miel (lácteos y derivados) pan (gluten, soja, sésamo)	dia 18	Brócoli rehogado Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 19	Patatas guisadas con carne Salmón al horno con salsa de naranja y ensalada lechuga, maíz y manzana Alérgeno: pescado, sulfitos Helado (lácteos y derivados, gluten, soja) y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 20										
	Kcal. 703	Prot. 30	Lip 23	H.C. 95	Kcal. 618	Prot. 32	Lip 25	H.C. 67	Kcal. 774	Prot. 50	Lip 34	H.C. 66	Kcal. 705	Prot. 33	Lip 31	H.C. 73			
Lentejas ecológicas con verduras Alérgeno: gluten Bacalao al horno con pisto Alérgeno: pescado Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 23	Crema de calabacín, puerro, patata Ternera a la plancha con champiñón Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 24	Sopa de tomate (sin hueso de jamón) Alérgeno: gluten, huevo Escalope de pavo con patatas fritas Alérgeno: gluten, huevo Yogur natural (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 25	Crema de calabaza Garbanzos guisados con verduras Fruta y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 26	Guiso de fideos con calamares y rape Alérgeno: gluten, huevo, crustáceos, pescado, moluscos, sulfitos y sulfuroso Caballa con ensalada lechuga, maíz, tomate y zanahoria Alérgeno: pescado, moluscos, crustáceos, sulfitos Fruta de temporada y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 27										
	Kcal. 662	Prot. 33	Lip 17	H.C. 95	Kcal. 634	Prot. 22	Lip 22	H.C. 87	Kcal. 619	Prot. 29	Lip 32	H.C. 53	Kcal. 643	Prot. 20	Lip 14	H.C. 110	Kcal. 676	Prot. 40	Lip 18
Ensalada de pasta tricolor con sardinillas Alérgeno: gluten, huevo, pescado, crustáceos, moluscos, sulfitos Merluza al horno con calabacín plancha Alérgeno: pescado Fruta y pan (gluten, soja, sésamo)	dia 30	Crema de lombarda y patata Alérgeno: apio Albóndigas de ternera con champiñón Alérgeno: soja Fruta ecológica y pan integral (gluten, soja, sésamo)	dia 31	VIVIR SIN GLUTEN 27 Mayo DIA NACIONAL DEL CELIACO															
	Kcal. 655	Prot. 28	Lip 25	H.C. 79	Kcal. 613	Prot. 24	Lip 22	H.C. 80											

Leche opcional

Descárgate nuestra nueva APP Parga y López (PARA iOS y ANDROID)