



MAYO 25		Menú NORMAL			
		Primer plato	Segundo plato	Postres	Cena alternativa
JU	1	PASTA POMODORO Gluten	MAGRO DE CERDO CON TOMATE VERDURAS	FRUTA	Revuelto de huevo, guisantes y cebollita con pan
VIE	2	POTAJE DE GARBANZOS	BACALAO REBOZADO CON ENSALADA Pescado, huevo y gluten	FRUTA Gluten, huevo	Fajitas de pollo con pimientos salteados
LU	5	SOPA DE CALDO Soja, apio, gluten	PATATAS CON JUDÍAS Y HUEVOS Huevo	FRUTA	Ensalada con queso, nueces, tomate, zanahoria y maíz
MA	6	LENTEJAS	CARNE ASADA SALSA CHAMPIS Y VERDURAS HORNO Lácteos, sulfitos	YOGURT Lácteos	Pechuga de pavo con tomate aliñado
MIE	7	PASTA CON QUESO Gluten. Lácteos	PESCADO AL HORNO CON VERDURAS Pescado	FRUTA	Bacalao al horno con salsa de tomate y judías al vapor
JU	8	CREMA DE VERDURAS Soja, apio,	HUEVOS A LA PLANCHA CON PATATAS FRITAS Huevo	COCA Gluten, huevo	Fajitas de pollo con pimientos salteados
VI	9	ARROZ CON HABICHUELAS Soia, apio	CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA Lácteos, huevo y gluten	FRUTA	Pizza vegetal al gusto
LU	12	ENSALADILLA CON HUEVO Huevos	LOMO DE CERDO CON ENSALADA	FRUTA	Ensalada con queso, nueces, tomate, zanahoria y maíz
MA	13	ARROZ SECO CON MAGRO Soja, apio	TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA Huevo y lácteos	FRUTA	Wok de setas, calabacín y pollo con puré de patata
MIE	14	PASTA CON POMODORO Gluten	PESCADO ABUÑOLADO VERDURAS EN TEMP Pescado, huevo y gluten	MOUSSE DE CHOCOLATE Huevos y lácteos	Falafel casero con salsa de yogur y ensalada
JU	15	SOPA Soja, apio, gluten	HAMBURGUESA CON VERDURAS Lácteos, gluten	FRUTA	Pescado a la plancha con salteado de verduras
VI	16	POAJE DE GARBANZOS	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA Huevo	FRUTA	Pizza casera con calabacín, queso mozzarella y tomate
LU	19	PASTA CON BOLOÑESA DE LENTEJAS Gluten	PESCADO AL HORNO CON VERDURAS Pescado	FRUTA	Pa amb oli con tomate aliñado y queso fresco
MA	20	CREMA DE CALABAZA soja, apio	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA	FRUTA	Revuelto de setas, cebolla y huevo con pan integral
MIE	21	ENSALADA MIXTA	ESCALOPE CON PATATAS Gluten	YOGURT Lácteos	Hamburguesa con pan lechuga, queso y tomate
JU	22	SOPA DE CALDO Soja, apio, gluten	PATATAS, JUDÍAS, ZANAHORIA Y HUEVOS COCIDOS Huevo	FRUTA	Pollo a la plancha con patatas y ensalada
VI	23	ARROZ A LA CUBANA Huevo	PESCADO AL PAPILLOTE CON VERDURAS Pescado	FRUTA	Verduras salteadas con salmón a la plancha
LU	26	SOPA Soja, apio, gluten	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA Huevo	MOUSSE DE FRESA Lácteos	Pa amb oli con tomate aliñado y queso fresco
MA	27	CREMA DE CHAPIÑONES Soja, apio	ALBONDIGAS CON PATATAS Gluten, lácteos, soja y apio	FRUTA	Tortilla francesa con ensalada
MIE	28	POTAJE DE GARBANZOS	PESCADO ABUÑOLADO VERDURAS EN TEMP Pescado, huevo y gluten	GELATINA Lácteos	Ensalada con queso, nueces, tomate, zanahoria y maíz
JU	29	PASTA CON QUESO Gluten, lácteos	HUEVOS A LA PLANCHA CON VERDURAS AL HORNO Huevo	FRUTA	Tortilla francesa con ensalada
VI	30	ARROZ TRES DELICIAS Crustáceos, apio, gluten	ESCALOPE CON ENSALADA Lácteos, gluten	FRUTA	Ensalada con queso, nueces, tomate, zanahoria y maíz



*Menú revisat i aprovat per la Dietista-Nutricionista Rosa Riera nº col. IB00197 d'acord amb el document consens sobre alimentació en els centres educatius de 21/07/10.

A cada menú hi trobareu els al·lèrgens que hi ha i una proposta de sopar per cada dia que complementa al dinar. A més, els plats de peix, verdures, llegums o ou són aptes per a dietes sense consum de carn.

