

SIN LECHE DE VACA

OCTUBRE 2019

	<b>MARTES</b> 1 Macarrones napolitana Bacalao ajoarriero Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,3,4,12	<b>MIÉRCOLES</b> 2 Patatas con choco Jamón asado en salsa Calabacines salteados Pan Lácteo de soja Alérgenos: 1,6,8,12,14	<b>JUEVES</b> 3 Crema de puerros Pizza sin lactosa Judías verdes Pan Lácteo de soja Alérgenos: 1,6,8	<b>VIERNES</b> 4 Arroz con pollo Lenguado en salsa alicantina Ensalada de maíz Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,4,12
<b>LUNES</b> 7 Fideos a la marinera Lagrimitas de pollo en salsa Zanahorias salteadas Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,2,3,4,12,14	<b>MARTES</b> 8 Sopa de estremitas Lenguado en salsa verde Menestra Pan Lácteo de soja Alérgenos: 1,3,4,6,8,9,12	<b>MIÉRCOLES</b> 9 Lentejas con verduras Lomo adobado a la plancha Tomate aliñado Pan Lácteo de soja Alérgenos: 1,6,8,9	<b>JUEVES</b> 10 Arroz con tomate Merluza a la marinera Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,4,12	<b>VIERNES</b> 11 Alubias con verduras Revuelto de patatas Judías verdes Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,3,9
<b>LUNES</b> 14 Patatas con verduras Bacalao con tomate Champiñones salteados Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,4,9	<b>MARTES</b> 15 Crema de calabaza Pechuga de pollo empanada Patatas panaderas Pan Fruta fresca Alérgenos: 1	<b>MIÉRCOLES</b> 16 Arroz a la marinera Tortilla francesa Tomate aliñado Pan Lácteo de soja Alérgenos: 1,3,6,8,12,14	<b>JUEVES</b> 17 Puchero de garbanzos Salchichas de pollo al vino Calabacines salteados Pan Lácteo de soja Alérgenos: 1,6,8,9,12	<b>VIERNES</b> 18 Espaguetis napolitana Merluza en salsa verde Ensalada de maíz Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,3,4,12
<b>LUNES</b> 21 Crema de calabacín Albóndigas de pollo en salsa Patatas panaderas Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,12	<b>MARTES</b> 22 Lentejas con verduras Tortilla de patata Zanahorias salteadas Pan Lácteo de soja Alérgenos: 1,3,6,8,9	<b>MIÉRCOLES</b> 23 Fideos a la cazuela Chispas de pescado Ensalada de zanahoria Pan Lácteo de soja Alérgenos: 1,3,4,6,8,9,12	<b>JUEVES</b> 24 Berza con verduras Pollo estofado Menestra Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,9,12	<b>VIERNES</b> 25 Arroz con verduras Lenguado en salsa alicantina Ensalada de maíz Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,4,12
<b>LUNES</b> 28 Garbanzos con verduras Merluza a la marinera Judías verdes Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,4,9,12	<b>MARTES</b> 29 Coditos napolitana Tortilla de atún Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,3,4,12	<b>MIÉRCOLES</b> 30 Sopa de fideos Pechuga de pollo alicantina Menestra Pan Lácteo de soja Alérgenos: 1,3,6,8,9		

Menú revisado por Lourdes Casado Osuna · Diplomada en Nutrición Humana y Dietética · Nº Socio ADUNDA AND-00221