

MENÚ ABRIL

CETP
HERNÁN CORTÉS

Promover la alimentación consciente
Enseña a los niños a practicar la alimentación consciente, animándolos a disfrutar de cada bocado y escuchar a su cuerpo. Esto puede ayudarles a identificar cuando están satisfechos y evitar un exceso de alimentación. Es importante establecer una rutina que incluya actividad física diaria como montar en bicicleta, jugar a su deporte favorito o jugar en el parque con amigos. Evitando así, el uso excesivo de pantallas.

Hostur
Colectividades y Turismo

 **hostur1993**

Hostur Colectividades
y Turismo S.L.U
C/De la Fresa 7, 28703.
S. S Reyes, Madrid
info@hosturcolectividades.es
www.hosturcolectividades.es
91 570 84 57 - 693 861 175

Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de Hostur Colectividades, siguiendo las recomendaciones de la CAM. Registro Sanitario: 26.00013614/M. Información: 91 570 84 57 / nutricion@hosturcolectividades.es
Valoraciones nutricionales basadas en una dieta aproximada de 2.000 kcal diarias para niños y niñas de 6 a 9 años.

SUGERENCIA DE CENAS

Si has comido en el cole...

PRIMEROS PLATOS
Legumbre, patatas, pasta o arroz
Verdura o puré de verdura

SEGUNDOS PLATOS
Carné de ternera, cerdo o ave
Pescado
Huevo

POSTRES
Fruta
Lácteo

... en casa puedes cenar:

PRIMEROS PLATOS
Verduras, puré de verdura o ensalada
Patatas, pasta o sopas

SEGUNDOS PLATOS
Pescado o huevo
Carné de ternera, cerdo, ave o pescado

POSTRES
Lácteo o fruta
Fruta

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Rostí de patata con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

INTEGRAL *Bacalao al ajo arriero manchego (SH) con verduritas rehogadas*

Pan y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos (SH)*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduritas

Pan y yogur

8 *Espaguetis (SH) con carne picada en salsa de tomate*

Salchichas de pavo con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado (SH) con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

INTEGRAL *Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado*

Pan y fruta de temporada



22 *Sopa de fideos (SH) y jamón*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Pavo guisado y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones (SH) al pomodoro con orégano*

INTEGRAL *Palometa rebozada (SH) con ensalada verde*

Pan y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup (SH))*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Merluza en salsa y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos (SH)*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana (SH) con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur natural, fresa o plátano

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Rostí de patata con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego (SH) con verduritas rehogadas

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

4 *Sopa de cocido con fideos (SH)*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduritas

Pan y yogur natural, fresa o plátano

8 *Espaguetis (SH) con carne picada en salsa de tomate*

Salchichas de pavo con ensalada verde

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado (SH) con arroz al curry

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan y fruta de temporada (no kiwi)



22 *Sopa de fideos (SH) y jamón*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur natural, fresa o plátano

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Pavo guisado y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

24 *Macarrones (SH) al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada (SH) con ensalada verde

Pan y fruta de temporada eco (no kiwi)

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup (SH))*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Merluza en salsa y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur natural, fresa o plátano

29 *Sopa de cocido con fideos (SH)*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana (SH) con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur natural

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y yogur natural

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y yogur natural

4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y yogur natural

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur natural

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y yogur natural

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y yogur natural

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y yogur natural



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur natural

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y yogur natural

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y yogur natural

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y yogur natural

JORNADA GASTRONÓMICA

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur natural

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y yogur natural

30 *Crema de verduras de temporada*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y yogur natural

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 Brócoli a la bilbaina

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 Judías blancas guisadas al estilo tradicional

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada (lavada y pelada) (no melón)

3 Arroz con pisto manchego

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada (lavada y pelada) (no melón)

4 Sopa de cocido con fideos ecológicos

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (lavada y pelada) (no melón)

7 Guiso de lentejas ecológicas con chorizo

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 Lasaña de carne gratinada con bechamel

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada (lavada y pelada) (no melón)

9 Crema de vegetales de temporada ecológicos

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada (lavada y pelada) (no melón)

10 Patatas guisadas con bacalao

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada (lavada y pelada) (no melón)

11



21



22 Sopa de picadillo (jamón y huevo)

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 Lentejas estofadas al estilo campesino

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada (lavada y pelada) (no melón)

24 Macarrones integrales al pomodoro con orégano

Merluza rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada (lavada y pelada) (no melón)

25

Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada (lavada y pelada) (no melón)

28 Paella de vegetales ecológicos

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 Sopa de cocido con fideos ecológicos

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (lavada y pelada) (no melón)

30 Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada (lavada y pelada) (no melón)

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Ako ho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Pollo al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Salchichas de pavo con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas guisadas con verduras*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Pavo rebozado con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Pollo a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Merluza al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada



4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera (no bacalao)*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Merluza a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Fogonero en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas guisadas con bacalao*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Fogonero rebozado con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 Brócoli a la bilbaina

Albóndigas de ternera caseras (SLG) estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur natural o plátano

2 Patatas guisadas al estilo tradicional

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 Arroz con pisto manchego

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada



4 Sopa de fideos (SLG)

Patata, zanahoria, ternera y chorizo

Pan y fruta de temporada

7 Crema de verduras de temporada

Merluza en salsa de puerros con verduritas

Pan y yogur natural o plátano

8 Espaguetis (SLG) con carne picada casera (SLG) gratinados con bechamel

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 Crema de vegetales de temporada ecológicos

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 Patatas a la marinera

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada

11



21



22 Sopa de fideos (SLG) y huevo

Bacalao al horno con tomate y patatas fritas

Pan y yogur natural o plátano

23 Patatas estofadas al estilo campesino

Tortilla francesa con zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 Macarrones (SLG) al pomodoro con orégano

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup (SLG))

Pollo en salsa de tomate con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 Paella de vegetales ecológicos

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur natural o plátano

29 Sopa de fideos (SLG)

Patata, zanahoria, ternera y chorizo

Pan y fruta de temporada

30 Crema de verduras de temporada

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

Hostur
Colectividades y Turismo



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 **Brócoli a la bilbaina**

Albóndigas de ternera caseras (SLG) estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur natural o plátano

2 **Patatas guisadas al estilo tradicional**

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada (no cítricos)

3 **Arroz con pisto manchego**

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada (no cítricos)

4 **Sopa de fideos (SLG)**

Patata, zanahoria, ternera y chorizo

Pan y fruta de temporada (no cítricos)

7 **Crema de verduras de temporada**

Merluza en salsa de puerros con verduritas

Pan y yogur natural o plátano

8 **Espaguetis (SLG) con carne picada casera (SLG) gratinados con bechamel**

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada (no cítricos)

9 **Crema de vegetales de temporada ecológicos**

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada (no cítricos)

10 **Patatas a la marinera**

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada (no cítricos)

11



21



22 **Sopa de fideos (SLG) y huevo**

Bacalao al horno con tomate y patatas fritas

Pan y yogur natural o plátano

23 **Patatas estofadas al estilo campesino**

Tortilla francesa con zanahoria dado

Pan y fruta de temporada (no cítricos)

24 **Macarrones (SLG) al pomodoro con orégano**

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco (no cítricos)

25 **Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup (SLG))**

Pollo en salsa de tomate con arroz

Pan y fruta de temporada (no cítricos)

28 **Paella de vegetales ecológicos**

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur natural o plátano

29 **Sopa de fideos (SLG)**

Patata, zanahoria, ternera y chorizo

Pan y fruta de temporada (no cítricos)

30 **Crema de verduras de temporada**

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada (no cítricos)

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas con verduras*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada

4 *Sopa de fideos ecológicos*

Garbanzos, zanahoria, ternera y patata

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con verduras*

Merluza en salsa de puerros con verduritas

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne de ternera gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Tortilla francesa con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de fideos y huevo*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con pavo y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de fideos ecológicos*

Garbanzos, zanahoria, ternera y patata

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 **Brócoli a la bilbaina**

Albóndigas de pollo caseras estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur vegetal

2 **Judías blancas guisadas al estilo tradicional**

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 **Arroz con pisto manchego**

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada

4 **Sopa de fideos ecológicos**

Garbanzos, zanahoria, pollo y chorizo

Pan y fruta de temporada

7 **Guiso de lentejas ecológicas con chorizo**

Merluza en salsa de puerros con verduritas

Pan y yogur vegetal

8 **Espaguetis con carne picada de pollo casera con salsa de tomate**

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 **Crema de vegetales de temporada ecológicos**

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 **Patatas a la marinera**

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada

11



21



22 **Sopa de fideos y huevo**

Bacalao al horno con tomate y patatas fritas

Pan y yogur vegetal

23 **Lentejas estofadas al estilo campesino**

Tortilla francesa y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 **Macarrones integrales al pomodoro con orégano**

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25

Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 **Paella de vegetales ecológicos**

Huevos revueltos y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur vegetal

29 **Sopa de fideos ecológicos**

Garbanzos, zanahoria, pollo y chorizo

Pan y fruta de temporada

30 **Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal**

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 **Brócoli a la bilbaina**

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur (SL)

2 **Judías blancas guisadas con verduras**

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 **Arroz con pisto manchego**

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada



4 **Sopa de cocido con fideos ecológicos**

Garbanzos, zanahoria, ternera y patata

Pan y fruta de temporada

7 **Guiso de lentejas ecológicas con verduras**

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur (SL)

8 **Espaguetis con carne picada casera en salsa de tomate**

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 **Crema de vegetales de temporada ecológicos**

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 **Patatas a la marinera**

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada

11



21



22 **Sopa de fideos y huevo**

Bacalao al horno con tomate y patatas fritas

Pan y yogur (SL)

23 **Lentejas estofadas al estilo campesino**

Tortilla francesa con zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 **Macarrones integrales al pomodoro con orégano**

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25

Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 **Paella de vegetales ecológicos**

Huevos revueltos y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur (SL)

29 **Sopa de cocido con fideos ecológicos**

Garbanzos, zanahoria, ternera y patata

Pan y fruta de temporada

30 **Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal**

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera caseras (SG) estofadas con arroz salteado

Pan (SG) y yogur (SL)

2 *Judías blancas guisadas con verduras*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan (SG) y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan (SG) y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos (SG)*

Garbanzos, zanahoria, ternera y patata

Pan (SG) y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas (STG) con verduras*

Merluza en salsa de puerros con verduritas

Pan (SG) y yogur (SL)

8 *Espaguetis (SG) con carne picada casera (SG) en salsa de tomate*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan (SG) y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado (SG) con arroz salteado

Pan (SG) y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan (SG) y fruta de temporada



22 *Sopa de fideos (SG) y huevo*

Bacalao al horno con tomate y patatas fritas

Pan (SG) y yogur (SL)

23 *Lentejas (STG) estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con zanahoria dado

Pan (SG) y fruta de temporada

24 *Macarrones (SG) al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada (SG) con ensalada verde

Pan (SG) y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup (SG))*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan (SG) y fruta de temporada

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan (SG) y yogur (SL)

29 *Sopa de cocido con fideos (SG)*

Garbanzos, zanahoria, ternera y patata

Pan (SG) y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana (SG) con ensalada de lechuga variada

Pan (SG) y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera caseras (SG) estofadas con arroz salteado

Pan (SG) y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan (SG) y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan (SG) y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos (SG)*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan (SG) y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas (STG) con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduritas

Pan (SG) y yogur

8 *Espaguetis (SG) con carne picada casera (SG) gratinada con bechamel (SG)*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan (SG) y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado (SG) con arroz salteado

Pan (SG) y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan (SG) y fruta de temporada



22 *Sopa (SG) de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan (SG) y yogur

23 *Lentejas (STG) estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan (SG) y fruta de temporada

24 *Macarrones (SG) al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada (SG) con ensalada verde

Pan (SG) y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup (SG))*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan (SG) y fruta de temporada

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan (SG) y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos (SG)*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan (SG) y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana (SG) con ensalada de lechuga variada

Pan (SG) y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías pintas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Crema de verduras de temporada*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Alubias blancas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con tomate*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas (no berenjena)

Pan integral y fruta de temporada



4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduritas (no berenjena)

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos (no berenjena)*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 *Paella de vegetales ecológicos (no berenjena)*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur natural, fresa o plátano

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel) (no kiwi)

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada (melocotón sin piel) (no kiwi)



4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel) (no kiwi)

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur natural, fresa o plátano

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel) (no kiwi)

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel) (no kiwi)

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada (melocotón sin piel) (no kiwi)



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur natural, fresa o plátano

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel) (no kiwi)

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco (melocotón sin piel) (no kiwi)

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel) (no kiwi)

JORNADA GASTRONÓMICA

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur natural, fresa o plátano

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel) (no kiwi)

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel) (no kiwi)

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur natural, fresa o plátano

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel)

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada (melocotón sin piel)

4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel)

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur natural, fresa o plátano

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel)

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel)

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada (melocotón sin piel)



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur natural, fresa o plátano

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel)

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco (melocotón sin piel)

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel)

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur natural, fresa o plátano

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel)

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada (melocotón sin piel)

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada



4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada



4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan integral y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan integral y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan integral y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

JORNADA GASTRONÓMICA

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)



Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes

1 *Brócoli a la bilbaina*

Albóndigas de ternera estofadas con cuscús salteado

Pan y yogur

2 *Judías blancas guisadas al estilo tradicional*

Tortilla española con ensalada mixta

Pan y fruta de temporada

3 *Arroz con pisto manchego*

Bacalao al ajo arriero manchego con verduras rehogadas

Pan y fruta de temporada

4 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

7 *Guiso de lentejas ecológicas con chorizo*

Merluza en salsa de puerros con verduras

Pan y yogur

8 *Lasaña de carne gratinada con bechamel*

Huevos revueltos con ensalada verde

Pan y fruta de temporada

9 *Crema de vegetales de temporada ecológicos*

Pollo rebozado con arroz al curry

Pan y fruta de temporada

10 *Patatas a la marinera*

Cinta de lomo fresca con calabacín dado salteado

Pan y fruta de temporada



22 *Sopa de picadillo (jamón y huevo)*

Salchichas de pavo con tomate y patatas fritas

Pan y yogur

23 *Lentejas estofadas al estilo campesino*

Tortilla francesa con jamón y zanahoria dado

Pan y fruta de temporada

24 *Macarrones integrales al pomodoro con orégano*

Palometa rebozada con ensalada verde

Pan y fruta de temporada eco

25 *Malagasy Lasopy (Pureed vegetable soup)*

Akoho sy voanio (pollo en salsa) con arroz

Pan y fruta de temporada

28 *Paella de vegetales ecológicos*

Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa

Pan y yogur

29 *Sopa de cocido con fideos ecológicos*

Cocido madrileño completo (garbanzos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

30 *Judías verdes ecológicas salteadas al estilo provenzal*

Bacalao a la romana con ensalada de lechuga variada

Pan y fruta de temporada

La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

Leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 se debe informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Esta información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias.

Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG)
Sin lactosa (SL) - Sin trazas de leche (STL)
Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH)
Sin leguminosas (SLG)

