

SIN FRUTOS SECOS

ENERO 2023

LUNES	30	MARTES	31						
Crema de legumbres Tortilla de atún Judías verdes Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,3,4,6,9		Coditos napolitana Merluza en salsa alicantina Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,3,4,6,12							
LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Puchero de garbanzos Tortilla de patata Menestra Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,3,6,9		Sopa de verduras con fideos Lomo asado en salsa Zanahorias salteadas Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,3,6,9,12		Paella Merluza en salsa alicantina Tomate aliñado Pan integral Yogurt Alérgenos: 1,4,7,12,14		Macarrones napolitana Pollo estofado Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,3,6,12		Lentejas con verduras Taqitos fritos de rosada Judías verdes Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,4,6,9,14	
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Patatas con choco Tortilla francesa Calabacines salteados Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,3,6,12,14		Crema de zanahoria Pizza Ensalada de maíz Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,4,6,7		Cocido de garbanzos Salmón en amarillo Patatas panaderas Pan integral Yogurt Alérgenos: 1,4,6,7,9		Fideos a la cazuela Bñuelos de bacalao Guisantes salteados Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,2,3,4,6,7,9,12		Arroz con tomate Pechuga de pollo alicantina Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,6	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Alubias con verduras Merluza a la marinera Champiñones salteados Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,4,6,9,12		Sopa de estrellitas Lomo a la castellana Zanahorias salteadas Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,3,6,9,12		Lentejas estofadas Revuelto de patatas Tomate aliñado Pan integral Yogurt Alérgenos: 1,3,6,7,9		Arroz con pollo Lenguado con tomate Ensalada de maíz Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,4,6,12		Patatas con verduras Albóndigas de pollo en salsa Menestra Pan Fruta fresca Alérgenos: 1,6,9,12	

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