

## MENÚ MAYO 2023

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
NO	Guisantes con pavo	Ensalada del huerto	Sopa de zanahoria y estrellitas (Alérgenos 5-6)	Ensaladilla rusa (Alérgenos 6-11)
NO	Arroz marinero (Alérgenos 11-12)	Albóndigas en salsa con pasta (Alérgenos 5-6)	Filete de pescado en salsa verde con brócoli y patata (Alérgenos 5-11)	Muslo de pollo a la portuguesa con ensalada mixta
NO	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada	Fruta de temporada
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Brócoli con jamón	Croquetas (Alérgenos 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14)	Crema de verduras (Alérgenos 2)	Potaje de garbanzos y espinacas	Ensalada griega (Alérgenos 7)
Espaguetis a la boloñesa (Alérgenos 5-6)	Filete de pescado a la gallega con patatas y guisantes (Alérgenos 11)	Lomo de cerdo a la portuguesa con arroz	Filete de pescado a la riojana con patatas (Alérgenos 11)	Filete de pollo a la plancha con arroz
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Judías verdes con jamón	NO	NO	Crema de calabaza	Ensalada de pavo y aceitunas
Macarrones con tomate y atún (Alérgenos 5-6-11)	NO	NO	Fideos con pollo (Alérgenos 5-6)	Huevos con pisto y arroz (Alérgenos 6)
Yogur (Alérgenos 7)	NO	NO	Fruta de temporada	Fruta de temporada
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Menestra de verduras	Crema de calabacín y zanahoria	Caldo gallego	Ensalada del huerto	Ensalada de pasta (Alérgenos 5-6-11)
Guiso a la jardinera con pasta (Alérgenos 5-6)	Lomo de cerdo en salsa de zanahorias con arroz	Tortilla de patatas con ensalada mixta (Alérgenos 6)	Muslo de pollo a la portuguesa con arroz	Filete de pescado a la gallega con patatas y guisantes (Alérgenos 11)
Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
Brócoli con huevo (Alérgenos 6)	Lentejas	Arroz 3 delicias (Alérgenos 6-11)		
Paella (Alérgenos 11-12)	Filete de pescado a la riojana con patatas (Alérgenos 11)	Hamburguesa de pollo a la plancha con ensalada mixta		
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur (Alérgenos 7)		

ALERGENOS			
1- ALTRAMUSES	5- GLUTEN	9- SOJA	13- SESAMO
2- APIO	6- HUEVO	10- SULFITOS	14- FRUTOS SECOS CON CASCARA
3- CACAHUETE	7- LACTEOS	11- PESCADO	
4- CRUSTACEOS	8- MOSTAZA	12- MOLUSCOS	



  
 Azucena Veloso Iglesias  
 T.S. en Dietética y Nutrición

***Nota importante: los usuarios con alergias o intolerancias, dispondrán de un menú elaborado con productos según sus necesidades.***