

SALON CELEBRACIONES "EL CORTIJO", S.L. – COMEDOR ESCOLAR COLECTIVO- Menú Alérgico Prot Vaca y Lactosa

	LUNES 03/02	MARTES 04/02	MIERCOLES 05/02	JUEVES 06/02	VIERNES 07/02																																																																																																																							
Semana 06	<p>1º Ensalada de la huerta (lechuga, maíz, cebolla, repollo, pepino y zanahorias)</p> <p>2º Albóndigas de pollo al horno con patatas panaderadas</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>	<p>1º Puré de patatas, zanahoria, calabaza, puerro.</p> <p>2º Merluza al horno con ensalada de lechuga, maíz, pepino y tomate</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan de trigo integral y agua)</p>	<p>1º Caracolas con salsa de tomate frito.</p> <p>2º Crema de patatas y calabacín</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>	<p>1º Cocido de Garbanzos con habichuela, tomate, pimiento, cebolla, zanahoria y patata</p> <p>2º Tortilla de patatas y tomate aliñado</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>	<p>1º Salteado de arroz con pollo</p> <p>2º Hamburguesa de Jibia con salsa zanahoria (zanahoria, ajo y cebolla) con lechuga, tomate y maíz.</p> <p>3º Postre Lácteo: Yogurt de soja (Pan blanco y agua)</p>																																																																																																																							
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>575</td> <td>30</td> <td>5.48</td> <td>64</td> </tr> <tr> <td></td> <td>35%</td> <td></td> <td>50%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>10.8</td> <td>23.3</td> <td colspan="2">2.5</td> </tr> <tr> <td></td> <td>15%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	575	30	5.48	64		35%		50%	Azc	Prot	Sal		10.8	23.3	2.5			15%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>581</td> <td>22</td> <td>2.4</td> <td>70</td> </tr> <tr> <td></td> <td>34%</td> <td></td> <td>50%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>18.6</td> <td>22.13</td> <td colspan="2">2.4</td> </tr> <tr> <td></td> <td>15%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	581	22	2.4	70		34%		50%	Azc	Prot	Sal		18.6	22.13	2.4			15%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>595</td> <td>19.1</td> <td>3.02</td> <td>80.5</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>54%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>13</td> <td>19.7</td> <td colspan="2">1.2</td> </tr> <tr> <td></td> <td>13%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	595	19.1	3.02	80.5		30%		54%	Azc	Prot	Sal		13	19.7	1.2			13%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>600</td> <td>16.4</td> <td>2</td> <td>85</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>56%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>19</td> <td>17.6</td> <td colspan="2">2.96</td> </tr> <tr> <td></td> <td>13%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	600	16.4	2	85		30%		56%	Azc	Prot	Sal		19	17.6	2.96			13%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>607</td> <td>22.3</td> <td>6.3</td> <td>75.2</td> </tr> <tr> <td></td> <td>31%</td> <td></td> <td>51%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>8.2</td> <td>23.3</td> <td colspan="2">1.9</td> </tr> <tr> <td></td> <td>15%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	607	22.3	6.3	75.2		31%		51%	Azc	Prot	Sal		8.2	23.3	1.9			15%	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
575	30	5.48	64																																																																																																																									
	35%		50%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
10.8	23.3	2.5																																																																																																																										
	15%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
581	22	2.4	70																																																																																																																									
	34%		50%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
18.6	22.13	2.4																																																																																																																										
	15%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
595	19.1	3.02	80.5																																																																																																																									
	30%		54%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
13	19.7	1.2																																																																																																																										
	13%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
600	16.4	2	85																																																																																																																									
	30%		56%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
19	17.6	2.96																																																																																																																										
	13%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
607	22.3	6.3	75.2																																																																																																																									
	31%		51%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
8.2	23.3	1.9																																																																																																																										
	15%																																																																																																																											
Semana 07	<p>1º Crema de patata y calabacín</p> <p>2º Tortilla francesa y ensalada de lechuga, zanahoria y maíz.</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>	<p>1º Guiso de guisantes con carne de pavo (ajo, laurel, cebolla, pimiento verde, pimiento rojo, patata, puerro y tomate)</p> <p>2º Abadejo horneado a la roteña (salsa; ajo, cebolla, calabacín, pimiento, berenjena) con arroz blanco</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan de trigo integral y agua)</p>	<p>1º Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y tomate</p> <p>2º Macarrones con salsa de tomate</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>	<p>1º Arroz tres delicias (zanahorias, maíz, pimiento rojo y verde y guisantes)...</p> <p>2º Burger Meat de pollo al horno con guarnición lechuga</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>	<p>1º Lentejas estofadas con verduras (patata, tomate, pimiento verde y zanahoria).</p> <p>2º Bacalao guisado con salsa verde (ajo, cebolla, harina de arroz y perejil) con ensalada de lechuga, maíz y tomate.</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>																																																																																																																							
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>594</td> <td>23.9</td> <td>7.05</td> <td>67</td> </tr> <tr> <td></td> <td>36%</td> <td></td> <td>50%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>8.8</td> <td>16</td> <td colspan="2">1.4</td> </tr> <tr> <td></td> <td>12%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	594	23.9	7.05	67		36%		50%	Azc	Prot	Sal		8.8	16	1.4			12%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>594</td> <td>14.4</td> <td>0.55</td> <td>83.9</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>58%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>24.4</td> <td>29</td> <td colspan="2">1.00</td> </tr> <tr> <td></td> <td>12%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	594	14.4	0.55	83.9		30%		58%	Azc	Prot	Sal		24.4	29	1.00			12%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>586</td> <td>18.2</td> <td>2.7</td> <td>83</td> </tr> <tr> <td></td> <td>32.7%</td> <td></td> <td>50%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>15.5</td> <td>14.7</td> <td colspan="2">3.40</td> </tr> <tr> <td></td> <td>13.8%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	586	18.2	2.7	83		32.7%		50%	Azc	Prot	Sal		15.5	14.7	3.40			13.8%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>601</td> <td>20.5</td> <td>3.7</td> <td>75.2</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>57%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>10.4</td> <td>21.7</td> <td colspan="2">2.40</td> </tr> <tr> <td></td> <td>12%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	601	20.5	3.7	75.2		30%		57%	Azc	Prot	Sal		10.4	21.7	2.40			12%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>594</td> <td>19</td> <td>1.86</td> <td>85.4</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>56%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>16.9</td> <td>24.6</td> <td colspan="2">1.86</td> </tr> <tr> <td></td> <td>14%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	594	19	1.86	85.4		30%		56%	Azc	Prot	Sal		16.9	24.6	1.86			14%	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
594	23.9	7.05	67																																																																																																																									
	36%		50%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
8.8	16	1.4																																																																																																																										
	12%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
594	14.4	0.55	83.9																																																																																																																									
	30%		58%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
24.4	29	1.00																																																																																																																										
	12%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
586	18.2	2.7	83																																																																																																																									
	32.7%		50%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
15.5	14.7	3.40																																																																																																																										
	13.8%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
601	20.5	3.7	75.2																																																																																																																									
	30%		57%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
10.4	21.7	2.40																																																																																																																										
	12%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
594	19	1.86	85.4																																																																																																																									
	30%		56%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
16.9	24.6	1.86																																																																																																																										
	14%																																																																																																																											
Semana 08	<p>1º Ensalada de la huerta (lechuga, , maíz, cebolla , repollo , pepino y zanahorias) con huevo duro</p> <p>2º Patatas estofadas con dado de marrajo (ajo, cebolla, pimiento verde, pimiento rojo, tomate y zanahoria)</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>	<p>1º Espirales con carne picada de pollo</p> <p>2º Crema de patata y calabacín</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan de trigo integral y agua)</p>	<p>1º Arroz salteado con champiñones</p> <p>2º Muslito de pollo en salsa</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>	<p>1º Cocido madrileño (Garbanzos, , habichuela, tomate, pimiento, cebolla, zanahoria y patata)</p> <p>2º Tortilla de patatas y ensalada de lechuga, zanahoria, repollo y tomate.</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>	<p>1º Puré de puerro, zanahoria, calabaza y patata.</p> <p>2º Merluza con salsa de puerros al horno y lechuga y tomate</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>																																																																																																																							
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>579</td> <td>18.26</td> <td>2.58</td> <td>77</td> </tr> <tr> <td></td> <td>31%</td> <td></td> <td>55%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>12.3</td> <td>20.2</td> <td colspan="2">1.92</td> </tr> <tr> <td></td> <td>14%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	579	18.26	2.58	77		31%		55%	Azc	Prot	Sal		12.3	20.2	1.92			14%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>594</td> <td>19.9</td> <td>4.05</td> <td>82.7</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>55%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>22.5</td> <td>21.5</td> <td colspan="2">1.5</td> </tr> <tr> <td></td> <td>14%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	594	19.9	4.05	82.7		30%		55%	Azc	Prot	Sal		22.5	21.5	1.5			14%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>603</td> <td>17.9</td> <td>2.07</td> <td>81.8</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>57%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>13.6</td> <td>25.8</td> <td colspan="2">1.52</td> </tr> <tr> <td></td> <td>13%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	603	17.9	2.07	81.8		30%		57%	Azc	Prot	Sal		13.6	25.8	1.52			13%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>604</td> <td>16.4</td> <td>2.44</td> <td>87.7</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>57%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>17.9</td> <td>87.7</td> <td colspan="2">2.9</td> </tr> <tr> <td></td> <td>12%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	604	16.4	2.44	87.7		30%		57%	Azc	Prot	Sal		17.9	87.7	2.9			12%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>585</td> <td>17.5</td> <td>2.33</td> <td>76</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>53%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>14.4</td> <td>18.4</td> <td colspan="2">2.10</td> </tr> <tr> <td></td> <td>15%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	585	17.5	2.33	76		30%		53%	Azc	Prot	Sal		14.4	18.4	2.10			15%	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
579	18.26	2.58	77																																																																																																																									
	31%		55%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
12.3	20.2	1.92																																																																																																																										
	14%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
594	19.9	4.05	82.7																																																																																																																									
	30%		55%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
22.5	21.5	1.5																																																																																																																										
	14%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
603	17.9	2.07	81.8																																																																																																																									
	30%		57%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
13.6	25.8	1.52																																																																																																																										
	13%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
604	16.4	2.44	87.7																																																																																																																									
	30%		57%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
17.9	87.7	2.9																																																																																																																										
	12%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
585	17.5	2.33	76																																																																																																																									
	30%		53%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
14.4	18.4	2.10																																																																																																																										
	15%																																																																																																																											
Semana 09	<p>1º Crema de verduras tricolor (guisantes, coliflor, judías verdes, zanahorias y patatas)</p> <p>2º Longanizas de pollo y cerdo al horno con lechuga, zanahoria y tomate.</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>	<p>1º Potaje de alubias con verduras (Pimiento, ajo, cebolla, zanahoria, puerro y patata)</p> <p>2º Tortilla de patatas y cebolla</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan de trigo integral y agua)</p>	<p>1º Ensalada con aceitunas (lechuga, tomate, maíz, zanahorias)</p> <p>2º Macarrones en salsa de verde</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>	<p>1º Ensalada de pasta (maíz, zanahoria, huevo y atún)</p> <p>2º Lentejas estofadas con verduras tomate, pimiento verde y zanahoria).</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>	<p>1º Salteado de arroz con potón</p> <p>2º Salmón (pescado semigraso) a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria, repollo</p> <p>3º Fruta de temporada (Pan blanco y agua)</p>																																																																																																																							
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>612</td> <td>21.6</td> <td>3.9</td> <td>80.7</td> </tr> <tr> <td></td> <td>34%</td> <td></td> <td>52%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>10.4</td> <td>21.9</td> <td colspan="2">3.3</td> </tr> <tr> <td></td> <td>13%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	612	21.6	3.9	80.7		34%		52%	Azc	Prot	Sal		10.4	21.9	3.3			13%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>599</td> <td>18</td> <td>2.31</td> <td>90</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>58%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>18</td> <td>17.8</td> <td colspan="2">3.0</td> </tr> <tr> <td></td> <td>12%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	599	18	2.31	90		30%		58%	Azc	Prot	Sal		18	17.8	3.0			12%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>580</td> <td>20.4</td> <td>2.6</td> <td>82.7</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>56%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>14.4</td> <td>15</td> <td colspan="2">1.7</td> </tr> <tr> <td></td> <td>12%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	580	20.4	2.6	82.7		30%		56%	Azc	Prot	Sal		14.4	15	1.7			12%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>609</td> <td>20.5</td> <td>3.8</td> <td>83</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>52%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>12.6</td> <td>26</td> <td colspan="2">2</td> </tr> <tr> <td></td> <td>15%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	609	20.5	3.8	83		30%		52%	Azc	Prot	Sal		12.6	26	2			15%			<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>582</td> <td>18.9</td> <td>1.48</td> <td>83</td> </tr> <tr> <td></td> <td>30%</td> <td></td> <td>58%</td> </tr> <tr> <th>Azc</th> <th>Prot</th> <th colspan="2">Sal</th> </tr> <tr> <td>17.8</td> <td>27</td> <td colspan="2">1.67</td> </tr> <tr> <td></td> <td>12%</td> <td colspan="2"></td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	582	18.9	1.48	83		30%		58%	Azc	Prot	Sal		17.8	27	1.67			12%	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
612	21.6	3.9	80.7																																																																																																																									
	34%		52%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
10.4	21.9	3.3																																																																																																																										
	13%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
599	18	2.31	90																																																																																																																									
	30%		58%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
18	17.8	3.0																																																																																																																										
	12%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
580	20.4	2.6	82.7																																																																																																																									
	30%		56%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
14.4	15	1.7																																																																																																																										
	12%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
609	20.5	3.8	83																																																																																																																									
	30%		52%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
12.6	26	2																																																																																																																										
	15%																																																																																																																											
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																																																																									
582	18.9	1.48	83																																																																																																																									
	30%		58%																																																																																																																									
Azc	Prot	Sal																																																																																																																										
17.8	27	1.67																																																																																																																										
	12%																																																																																																																											



Empresa especializada en seguridad e higiene alimentaria, formación

SALON CELEBRACIONES "EL CORTIJO", S.L. – RECOMENDACIÓN DE CENA - Menú **Alérgico Prot Vaca y Lactosa**

	LUNES 03/02	MARTES 04/02	MIÉRCOLES 05/02	JUEVES 06/02	VIERNES 07/02
Semana 06	Recomendación de cena: Pescado plancha + arroz tres delicias , pan y fruta (Agua)	Recomendación de cena: Crema de verduras con patata y pollo, pan y 1 fruta. (Agua).	Recomendación de cena: 1 pescado blanco al horno + salteado de verduras, pan y lácteo de soja.(Agua)	Recomendación de cena: Filete de pollo plancha con salsa de zanahoria + ensalada, pan y 1 lácteo de soja. (Agua)	Recomendación de cena: Patata revuelta con huevo, pan + ensalada y 1 fruta.(Agua)
	LUNES 10/02	MARTES 11/02	MIÉRCOLES 12/02	JUEVES 13/02	VIERNES 14/02
Semana 07	Recomendación de cena: 1 pescado blanco salteado con verduras+ ensalada, pan + lácteo de soja. (Agua)	Recomendación de cena: Tortilla francesa con jamón cocido + puré de verduras, pan y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Patata con pescado al horno + ensalada, pan y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Pollo al horno con berenjena + ensalada, pan y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Revuelto de patata, huevo y bacalao+ queso fresco sin lactosa, pan y 1 fruta. (Agua)
	LUNES 17/02	MARTES 18/02	MIÉRCOLES 19/02	JUEVES 20/02	VIERNES 21/02
Semana 08	Recomendación de cena: Arroz cocido con jamón cocido sin grasa + ensalada y pan, lácteo de soja. (Agua)	Recomendación de cena: 1 pescado blanco a la plancha + tortilla francesa, pan y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: 1 crema de guisantes + filete de pollo, pan y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Pescado al horno con arroz salteado, pan y 1 o fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Salteado de verduras con pasta + filete de pollo, pan, 1 lácteo de soja. (Agua)
	LUNES 24/02	MARTES 25/02	MIÉRCOLES 26/02	JUEVES 27/02	VIERNES 28/02
Semana 09	Recomendación de cena: 1 pescado blanco + ensalada, pan y 1 lácteo de soja. (Agua)	Recomendación de cena: Arroz cocido con salsa de zanahorias + pollo a la plancha, pan ,1 macedonia de frutas. (Agua)	Recomendación de cena: Filete de pollo empanado + ensalada, pan y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Crema de verduras + tortilla francesa con Pavo o jamón cocido, pan y 1 lácteo soja. (Agua)	Recomendación de cena: 1 pescado blanco con patata cocida + calabacín saleado, pan y 1 fruta.(Agua)



Con el RD 126/2015, se informa que en caso de intolerancia o alergia solicite información al personal para elaboración de menú adaptado. En la elaboración de estos platos: **1. No se usan alimentos que contengan en su composición grasas trans o grasas hidrogenadas (margarinas, bollería industrial, galletería industrial...), excepto las que presenten de forma natural. 2. No se usan alimentos que contengan aditivos potenciadores del sabor. 3. La carne usada es de naturaleza magra (<10% materia grasa), incluido los preparados cárnicos. 4. Los productos ecológicos que se utilizan en estos menús son: Aceite virgen extra de oliva, tomate, calabacín, pimientos rojos, zanahorias, peras, manzanas, naranjas, plátanos, pastas, lombardas, garbanzos, apio, puerro, patatas.**

PROGRAMA PARA EVALUACIÓN NUTRICIONAL: DIET SOURCE - Dña. María González Moreno (Técnico Superior en Dietética)

LA FRUTA SERVIDA DURANTE EL MES DE FEBRERO SERA: NARANJA, PLATANO, MANZANA Y PERA