

SALON CELEBRACIONES "EL CORTIJO", S.L. – COMEDOR ESCOLAR COLECTIVO- Menú CELIACOS y PROT VACA

	MARTES 01/06				MIÉRCOLES 02/06				JUEVES 03/06				VIERNES 04/06																																																						
Semana 23	1º Guiso de guisantes con carne de pavo (ajo, laurel, cebolla, pimienta verde, pimienta roja , patata, puerro y tomate) 2º Abadejo la rofeña guisada con patatas (salsa; ajo, cebolla, calabacin, pimienta, berenjena) 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Ensalada de espinacas, zanahoria, cebolla, tomate y mandarina. 2º Macarrones SIN GLUTEN con salsa de tomate 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Arroz tres delicias (zanahorias, maiz, pimienta roja y verde). 2º Estofado de cerdo guisado con verduras y patatas 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Lentejas estofadas con verduras (patata, tomate, pimienta verde y zanahoria). 2º Jurel al horno con ensalada de lechuga, maiz, pepino y tomate 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)																																																						
	<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>14.4g 30%</td> <td>0.77g</td> <td>82g 58%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>16.2g</td> <td>26g 12%</td> <td colspan="2">1.5g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	594	14.4g 30%	0.77g	82g 58%	Azc	Prot	Sal		16.2g	26g 12%	1.5g		<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>591</td> <td>18.2g 32%</td> <td>2.7g</td> <td>83g 55%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>15.5g</td> <td>14.7g 13%</td> <td colspan="2">1.30g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	591	18.2g 32%	2.7g	83g 55%	Azc	Prot	Sal		15.5g	14.7g 13%	1.30g		<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>593.7</td> <td>18.45g 30%</td> <td>2.59g</td> <td>77.9g 58%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>11.5g</td> <td>22g 12%</td> <td colspan="2">1.7g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	593.7	18.45g 30%	2.59g	77.9g 58%	Azc	Prot	Sal		11.5g	22g 12%	1.7g		<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>592</td> <td>17g 30%</td> <td>1.86g</td> <td>83.8g 56%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>15.3g</td> <td>26.4g 14%</td> <td colspan="2">1.46g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	592	17g 30%	1.86g	83.8g 56%	Azc	Prot	Sal		15.3g	26.4g 14%	1.46g
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
594	14.4g 30%	0.77g	82g 58%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
16.2g	26g 12%	1.5g																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
591	18.2g 32%	2.7g	83g 55%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
15.5g	14.7g 13%	1.30g																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
593.7	18.45g 30%	2.59g	77.9g 58%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
11.5g	22g 12%	1.7g																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
592	17g 30%	1.86g	83.8g 56%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
15.3g	26.4g 14%	1.46g																																																																	
Semana 24	1º Ensalada de la huerta(lechuga, maiz, cebolla , repollo ,pepino y zanahorias) con huevo duro y mandarina 2º Patatas estofadas con verduras (ajo, cebolla, pimienta verde, pimienta roja, tomate y zanahoria) 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Crema de; patata y calabacin 2º Salteado de espirales SIN GLUTEN con verduras (calabacin, zanahoria, cebolla y pimienta) 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Arroz salteado con champiñones 2º Musito de pollo al horno con salsa de cebolla 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Cocido madrileño (Garbanzos , habichuela, tomate, pimienta, cebolla, zanahoria) 2º Tortilla de patatas cocidas y guarnición de tomate, pimienta , cebolla y aceitunas. 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)																																																						
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>583</td> <td>19g 29%</td> <td>2.58g</td> <td>77g 53%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>12.3g</td> <td>20.2g 14%</td> <td colspan="2">1.92g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	583	19g 29%	2.58g	77g 53%	Azc	Prot	Sal		12.3g	20.2g 14%	1.92g		<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>19.3g 30%</td> <td>4.05g</td> <td>82.7g 55%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>22.5g</td> <td>21.5g 14%</td> <td colspan="2">1.5g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	594	19.3g 30%	4.05g	82.7g 55%	Azc	Prot	Sal		22.5g	21.5g 14%	1.5g		<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>15.4g 24%</td> <td>1.88g</td> <td>80g 56%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>13g</td> <td>20g 17%</td> <td colspan="2">1.52g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	595	15.4g 24%	1.88g	80g 56%	Azc	Prot	Sal		13g	20g 17%	1.52g		<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>16.4g 26%</td> <td>2.44g</td> <td>87.7g 59%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>17.9g</td> <td>17.7g 12%</td> <td colspan="2">1.8g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	601	16.4g 26%	2.44g	87.7g 59%	Azc	Prot	Sal		17.9g	17.7g 12%	1.8g
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
583	19g 29%	2.58g	77g 53%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
12.3g	20.2g 14%	1.92g																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
594	19.3g 30%	4.05g	82.7g 55%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
22.5g	21.5g 14%	1.5g																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
595	15.4g 24%	1.88g	80g 56%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
13g	20g 17%	1.52g																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
601	16.4g 26%	2.44g	87.7g 59%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
17.9g	17.7g 12%	1.8g																																																																	
Semana 25	1º Crema de verduras tricolor hervidas (coliflor, judias verdes, zanahorias) 2º Ragout de pavo salteado al ajillo con patatas panaderas 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Potaje de alubias con verduras (Pimiento, ajo, cebolla, zanahoria, puerro y patata) 2º Tortilla de patatas y cebolla con lechuga, zanahoria, pepino y mandarina. 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Ensalada de escarolas (tomate, zanahoria, lechuga , pepino y aceitunas) 2º Macarrones SIN GLUTEN en salsa de verde 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Ensalada de pasta SIN GLUTEN (maiz, zanahoria, huevo) 2º Lentejas estofadas con verduras tomate, pimienta verde y zanahoria. 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)																																																						
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>602</td> <td>20.5g 34%</td> <td>3.9g</td> <td>80.7g 52%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>10.4g</td> <td>21.9g 13%</td> <td colspan="2">1.7g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	602	20.5g 34%	3.9g	80.7g 52%	Azc	Prot	Sal		10.4g	21.9g 13%	1.7g		<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>578</td> <td>14 30%</td> <td>1.5</td> <td>85 58%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>18</td> <td>19.5 12%</td> <td colspan="2">3.0</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	578	14 30%	1.5	85 58%	Azc	Prot	Sal		18	19.5 12%	3.0		<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>590</td> <td>20.4 30%</td> <td>2.6</td> <td>82.7 56%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>14.4</td> <td>15 12%</td> <td colspan="2">1.7</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	590	20.4 30%	2.6	82.7 56%	Azc	Prot	Sal		14.4	15 12%	1.7		<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 30%</td> <td>3.8</td> <td>83 52%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>12.6</td> <td>26 15%</td> <td colspan="2">2</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	609	20.5 30%	3.8	83 52%	Azc	Prot	Sal		12.6	26 15%	2
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
602	20.5g 34%	3.9g	80.7g 52%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
10.4g	21.9g 13%	1.7g																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
578	14 30%	1.5	85 58%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
18	19.5 12%	3.0																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
590	20.4 30%	2.6	82.7 56%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
14.4	15 12%	1.7																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
609	20.5 30%	3.8	83 52%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
12.6	26 15%	2																																																																	
Semana 26	1º Ensalada de la huerta(lechuga, maiz, cebolla ,repollo , pepino y zanahorias) 2º Contramuslo de pollo en salsa de verduras con guarnición de arroz 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Puré de patatas, zanahoria, calabaza, puerro. 2º Bacalao salteado con salsa verde (ajo, cebolla y perejil) con guarnición de pepino, tomate y aceitunas. (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Crema de patata y calabacin 2º Caracolas SIN GLUTEN con salsa de tomate frito. 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Cocido de Garbanzos con habichuela, tomate, pimienta, cebolla, zanahoria 2º Tortilla de patatas cocidas y tomate aliñado 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)																																																						
	<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>19g 28%</td> <td>3.26g</td> <td>79g 53%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>11.2g</td> <td>21.3g 14%</td> <td colspan="2">1.65g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	609	19g 28%	3.26g	79g 53%	Azc	Prot	Sal		11.2g	21.3g 14%	1.65g		<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>22g 34%</td> <td>2.4g</td> <td>70g 50%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>18.6g</td> <td>22.1g 15%</td> <td colspan="2">1.8g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	581	22g 34%	2.4g	70g 50%	Azc	Prot	Sal		18.6g	22.1g 15%	1.8g		<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>19.1g 29%</td> <td>3.02g</td> <td>80.5g 54%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>13g</td> <td>19.7g 13%</td> <td colspan="2">1.2g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	595	19.1g 29%	3.02g	80.5g 54%	Azc	Prot	Sal		13g	19.7g 13%	1.2g		<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>597</td> <td>16.4g 26%</td> <td>2g</td> <td>85g 57%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>19g</td> <td>17.6g 12%</td> <td colspan="2">1.5g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	597	16.4g 26%	2g	85g 57%	Azc	Prot	Sal		19g	17.6g 12%	1.5g
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
609	19g 28%	3.26g	79g 53%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
11.2g	21.3g 14%	1.65g																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
581	22g 34%	2.4g	70g 50%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
18.6g	22.1g 15%	1.8g																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
595	19.1g 29%	3.02g	80.5g 54%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
13g	19.7g 13%	1.2g																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
597	16.4g 26%	2g	85g 57%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
19g	17.6g 12%	1.5g																																																																	
Semana 27	1º Crema de patata y calabacin 2º Tortilla francesa a la plancha y ensalada de lechuga, zanahoria, maiz y aceitunas. 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Guiso de guisantes con carne de pavo (ajo, laurel, cebolla, pimienta verde, pimienta roja , patata, puerro y tomate) 2º Abadejo la rofeña guisada con patatas (salsa; ajo, cebolla, calabacin, pimienta, berenjena) 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)				1º Ensalada de espinacas, zanahoria, cebolla, tomate y mandarina. 2º Macarrones SIN GLUTEN con salsa de tomate 3º Fruta de temporada (Pan blanco SIN GLUTEN y agua)																																																										
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>605g</td> <td>28g 35%</td> <td>7.05g</td> <td>67g 50%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>9.4g</td> <td>17g 12%</td> <td colspan="2">1.5g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	605g	28g 35%	7.05g	67g 50%	Azc	Prot	Sal		9.4g	17g 12%	1.5g		<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>14.4g 30%</td> <td>0.77g</td> <td>82g 58%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>16.2g</td> <td>26g 12%</td> <td colspan="2">1.5g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	594	14.4g 30%	0.77g	82g 58%	Azc	Prot	Sal		16.2g	26g 12%	1.5g		<table border="1"> <thead> <tr> <th>Kcal</th> <th>GR.</th> <th>G.Sat</th> <th>HC</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>591</td> <td>18.2g 32%</td> <td>2.7g</td> <td>83g 55%</td> </tr> <tr> <td>Azc</td> <td>Prot</td> <td colspan="2">Sal</td> </tr> <tr> <td>15.5g</td> <td>14.7g 13%</td> <td colspan="2">1.30g</td> </tr> </tbody> </table>	Kcal	GR.	G.Sat	HC	591	18.2g 32%	2.7g	83g 55%	Azc	Prot	Sal		15.5g	14.7g 13%	1.30g																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
605g	28g 35%	7.05g	67g 50%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
9.4g	17g 12%	1.5g																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
594	14.4g 30%	0.77g	82g 58%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
16.2g	26g 12%	1.5g																																																																	
Kcal	GR.	G.Sat	HC																																																																
591	18.2g 32%	2.7g	83g 55%																																																																
Azc	Prot	Sal																																																																	
15.5g	14.7g 13%	1.30g																																																																	

SALON CELEBRACIONES "EL CORTIJO", S.L. – RECOMENDACIÓN DE CENA - Menú CELIACOS y PROT VACA

		MARTES 01/06	MIÉRCOLES 02/06	JUEVES 03/06	VIERNES 04/06
Semana 23		Recomendación de cena: Tortilla francesa con jamón cocido + puré de verduras, pan sin gluten y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Patata con pescado al horno + ensalada, pan sin gluten y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Pollo al horno con berenjena + ensalada, pan sin gluten y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Revuelto de patata, huevo y bacalao, pan sin gluten y 1 fruta. (Agua)
	LUNES 07/06	MARTES 08/06	MIÉRCOLES 09/06	JUEVES 10/06	VIERNES 11/06
Semana 24	Recomendación de cena: Arroz cocido con jamón cocido sin grasa + ensalada y pan sin gluten, lácteo de soja. (Agua)	Recomendación de cena: 1 pescado blanco a la plancha + tortilla francesa, pan sin gluten y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: 1 crema de guisantes + filete de pollo, pan sin gluten y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Pescado al horno con arroz salteado, pan sin gluten y 1 o fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Salteado de verduras con pasta + filete de pollo, pan sin gluten, 1 lácteo de soja. (Agua)
	LUNES 14/06	MARTES 15/06	MIÉRCOLES 16/06	JUEVES 17/06	VIERNES 18/06
Semana 25	Recomendación de cena: 1 pescado blanco + ensalada, pan sin gluten y 1 lácteo de soja. (Agua)	Recomendación de cena; Arroz cocido con salsa de zanahorias + pollo a la plancha, pan sin gluten ,1 macedonia de frutas. (Agua)	Recomendación de cena; Filete de pollo empanado + ensalada, pan sin gluten y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Crema de verduras + tortilla francesa con Pavo o jamón cocido, pan sin gluten y 1 lácteo de soja. (Agua)	Recomendación de cena: 1 pescado blanco + ensalada, pan sin gluten y 1 lácteo de soja. (Agua)
	LUNES 21/06	MARTES 22/06	MIÉRCOLES 23/06	JUEVES 24/06	VIERNES 25/06
Semana 26	Recomendación de cena: Pescado plancha + arroz tres delicias , pan sin gluten y fruta (Agua)	Recomendación de cena: Crema de verduras con patata y pollo, pan sin gluten y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: 1 pescado blanco al horno + salteado de verduras, pan sin gluten y lácteo de soja. (Agua)	Recomendación de cena: Filete de pollo plancha con salsa de zanahoria + ensalada, pan sin gluten y 1 lácteo de soja. (Agua)	Recomendación de cena: Patata revuelta con huevo, pan sin gluten + ensalada y 1 fruta.(Agua)
	LUNES 28/06	MARTES 29/06	MIÉRCOLES 30/06		
Semana 27	Recomendación de cena: 1 pescado blanco salteado con verduras+ ensalada, pan sin gluten + lácteo de soja. (Agua)	Recomendación de cena: Tortilla francesa con jamón cocido + puré de verduras, pan sin gluten y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Patata con pescado al horno + ensalada, pan sin gluten 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 JUNIO SERA: MANZANA, PERA, NARANJA Y KIWI