

## EDUCACIÓN PRIMARIA

SEGUNDO TRIMESTRE 1ª y 2ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>COMIDA</b>	<p>Ensalada de tomate con atún <b>C: pescado</b></p> <p>Pollo al horno con verduras y patata</p> <p>Fruta</p>	<p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Lomos de bacalao con guisantes y champiñones <b>C: pescado</b></p> <p>Yogurt de soja <b>C: soja</b></p>	<p>Ensalada mixta</p> <p>Garbanzos con carne de ternera, verduras y patata <b>C: dióxido de azufre o sulfitos</b></p> <p>Fruta</p>	<p>Crema de verduras <i>(sin leche o derivados)</i></p> <p>Filetes de gallo al horno con ensalada <b>C: pescado</b></p> <p>Fruta</p>	<p>Sopa de fideos <i>(sin gluten)</i></p> <p>Ternera a la plancha con tomate en rodajas</p> <p>Yogurt de soja <b>C: soja</b></p>
<b>COMIDA</b>	<p>Crema de puerros <i>(sin leche o derivados)</i></p> <p>Redondo de ternera con arroz tres delicias <b>C: huevo o derivados, crustáceos y sulfitos</b></p> <p>Yogurt de soja <b>C: soja</b></p>	<p>Ensalada mixta</p> <p>Guisado de pescado con patatas y verduras <b>C: pescado</b></p> <p>Fruta</p>	<p>Tomate en rodajas con queso de cabra <b>C: lactosa</b></p> <p>Potaje de alubias con pollo y verduras <b>C: dióxido de azufre o sulfitos</b></p> <p>Fruta</p>	<p>Sopa de pescado con fideos <i>(sin gluten)</i> <b>C: pescado</b></p> <p>Salmón con salteado de guisantes y zanahoria <b>C: pescado</b></p> <p>Yogurt de soja <b>C: soja</b></p>	<p>Puré de verduras <i>(sin leche o derivados)</i></p> <p>Pizza <i>(sin gluten)</i> con jamón york, champiñones y queso de cabra <b>C: soja y lactosa</b></p> <p>Fruta</p>

\*Menús adaptados al nuevo *Reglamento 1169/2011* del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de Octubre de 2011 sobre información alimentaria facilitada al consumidor.

\* Indicación de alérgenos en productos alimentarios y platos elaborados.

“**C**”: contiene el alérgeno indicado

“**T**”: puede contener trazas del alérgeno indicado.

**SONIA TORRES ABASCAL**  
**DIETISTA-NUTRICIONISTA**  
**COLEGIADO: IB0029**

**Firmado:**



*Nota:* Estos menús están adaptados a intolerancia al gluten.  
Menú sin leche de vaca y derivados.

Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.

\*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.

\*Todos los menús se sirven con pan sin gluten: **contiene huevo o derivados**

## EDUCACIÓN PRIMARIA

SEGUNDO TRIMESTRE 3ª y 4ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>COMIDA</b>	<p>Ensalada de pasta (sin gluten) con jamón york C: soja</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha con champiñones</p> <p>Yogurt de soja C: soja</p>	<p>Ensalada mixta</p> <p>Lomos de bacalao al horno con salsa de tomate y patatas C: pescado</p> <p>Fruta</p>	<p>Sopa de pollo con arroz</p> <p>Salmón a la plancha con judías verdes C: pescado</p> <p>Fruta en almíbar</p>	<p>Ensalada de tomate</p> <p>Pasta (sin gluten) con carne y verduras</p> <p>Yogurt de soja C: soja</p>	<p>Crema de calabacín (sin leche o derivados)</p> <p>Lomos de merluza con patatas fritas C: pescado</p> <p>Fruta</p>
<b>COMIDA</b>	<p>Ensalada mixta</p> <p>Garbanzos con arroz, verduras y pollo C: dióxido de azufre o sulfitos</p> <p>Fruta</p>	<p>Menestra de verduras C: dióxido de azufre o sulfitos</p> <p>Pasta (sin gluten) con tomate y atún C: pescado</p> <p>Yogurt de soja C: soja</p>	<p>Ensalada de patata</p> <p>Ragú de ternera con coliflor y zanahoria</p> <p>Fruta</p>	<p>Sopa de pescado con fideos (sin gluten) C: pescado</p> <p>Lenguado a la plancha con ensalada C: pescado</p> <p>Fruta</p>	<p>Ensalada con jamón york y queso de cabra C: lactosa y soja</p> <p>Cinta de lomo con patata asada</p> <p>Fruta en almíbar</p>

\*Menús adaptados al nuevo *Reglamento 1169/2011* del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de Octubre de 2011 sobre información alimentaria facilitada al consumidor.

\* Indicación de alérgenos en productos alimentarios y platos elaborados.

“C”: contiene el alérgeno indicado

“T”: puede contener trazas del alérgeno indicado.

**SONIA TORRES ABASCAL**  
**DIETISTA-NUTRICIONISTA**  
**COLEGIADO: IB0029**

**Firmado:**



*Nota:* Estos menús están adaptados a intolerancia al gluten.  
Menú sin leche de vaca y derivados.

Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.

\*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.

\*Todos los menús se sirven con pan sin gluten: **contiene huevo o derivados**