

JUNIO 2021

Alergia al Gluten



LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
1º Macarrones con salsa de tomate (sin gluten)	1º Judías verdes rehogadas	1º Garbanzos guisados		
2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate	2º Salchichas de pavo con salsa de tomate y patatas fritas	2º Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria		
P Fruta fresca	P Fruta fresca	P Helado		

NOTA: Todos los platos de este menú son aptos para celíacos ya que son elaborados con **productos sin gluten**. El menú irá acompañado de **agua** y **pan sin gluten**.

JUNIO 2021

Alergia al Huevo



LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
1º Macarrones con salsa de tomate (sin huevo)	1º Judías verdes rehogadas	1º Garbanzos guisados		
2º Fritura de pescado con ensalada de lechuga y tomate	2º Salchichas de pavo con salsa de tomate y patatas fritas	2º Salteado de patata con jamón York con ensalada de lechuga y zanahoria		
P Fruta fresca	P Fruta fresca	P Helado		

Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de SECOE: M. Lozano (Dietista-Nutricionista) y C. Haberkon (Diplomada en Dietética y Nutrición con licenciatura en Tecnología de los alimentos).

JUNIO 2021

Alergia a las Legumbres



LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
1º Macarrones con salsa de tomate	1º Puré de verdura	1º Coliflor rehogada		
2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate	2º Filete de pollo con patatas fritas	2º Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria		
P Fruta fresca	P Fruta fresca	P Helado		

JUNIO 2021

Alergia al Pescado y Marisco



LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
1º Macarrones con salsa de tomate	1º Judías verdes rehogadas	1º Garbanzos guisados		
2º Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y tomate	2º Salchichas de pavo con salsa de tomate y patatas fritas	2º Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria		
P Fruta fresca	P Fruta fresca	P Helado		

Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de SECOE: M. Lozano (Dietista-Nutricionista) y C. Haberkon (Diplomada en Dietética y Nutrición con licenciatura en Tecnología de los alimentos).

JUNIO 2021

Alergia a la Proteína de Vaca



LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
1º Macarrones con salsa de tomate	1º Judías verdes rehogadas	1º Garbanzos guisados		
2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate	2º Salchichas de pavo con salsa de tomate y patatas fritas	2º Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria		
P Fruta fresca	P Fruta fresca	P Helado		

NOTA: En los casos en los que haya **Intolerancia a Lactosa** y no haya alergia a la ternera, únicamente se retirarán los lácteos del menú (manteniendo la ternera).

JUNIO 2021

Menú Colesterolemia



LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
1º Macarrones con salsa de tomate	1º Judías verdes rehogadas	1º Garbanzos guisados		
2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate	2º Salchichas de pavo con salsa de tomate	2º Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria		
P Fruta fresca	P Fruta fresca	P Helado		

Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de SECOE: M. Lozano (Dietista-Nutricionista) y C. Haberkon (Diplomada en Dietética y Nutrición con licenciatura en Tecnología de los alimentos).

JUNIO 2021

Menú sin Cerdo



LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
1º Macarrones con salsa de tomate 2º Fritura de pescado con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Judías verdes rehogadas 2º Salchichas de pavo con salsa de tomate y patatas fritas P Fruta fresca	1º Garbanzos guisados 2º Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria P Helado		

El menú irá acompañado de **agua** y **pan**.

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...) o, en su caso, producto de SOJA, un cereal preferentemente integral (pan, cereales...) o, en su caso, cereal sin gluten y una pieza de fruta.

Sugerencias de merienda: incluir un lácteo o producto de SOJA y/o fruta y un cereal (en celíacos sin gluten). También se podrá añadir embutidos magros ocasionalmente.