



Sin leche

MENU TRANSICIÓN (1-2) SIN LECHE DICIEMBRE 2020

Sin leche

TODA LA MATERIA PRIMA USADA EN ESTE MENÚ NO CONTIENE LACTOSA NI PROTEÍNA DE LA LECHE.

MIÉRCOLES 30 PURE DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/ENSALADA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4	MARTES 1 MENESTRA DE VERDURAS TORTILLA C/ENSALADA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 2,3	MIÉRCOLES 2 CREMA DE PUERRO POLLO ASADO CON ARROZ YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3	JUEVES 3 PURE DE VERDURAS JUDIAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS Y ARROZ FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	VIERNES 4 PURE DE VERDURAS MERLUZA PLANCHA C/PATATAS PANADERA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9 PURE DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ZANAHORIA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 2,3	JUEVES 10 PURE DE VERDURAS LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS Y CARNE DE TERNERA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	VIERNES 11 PURE DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/ENSALADA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4
LUNES 14 PURE DE VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON PUERRO YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 2,3	MARTES 15 PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA FILETES DE TERNERA EN SALSA C/ARROZ PILAF FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	MIÉRCOLES 16 PURE DE VERDURAS POLLO EN SALSA DE ZANAHORIA CON PATATAS YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3	JUEVES 17 PURE DE VERDURAS JUDIAS BLANCAS CON VERDURAS Y ARROZ FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	VIERNES 18 PURE DE VERDURAS MERLUZA EN SALSA VERDE C/ENSALADA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4
LUNES 21 PURE DE BROCOLI TORTILLA FRANCESA C/ZANAHORIA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 2,3	MARTES 22 PURE DE VERDURAS PATATAS GUIADAS CON VERDURAS Y PESCADO FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	MIÉRCOLES 23 PURE DE VERDURAS COCIDO COMPLETO(garbanzos, morcillo, , gallina, zanahoria, patata y repollo) FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	JUEVES 24	VIERNES 25
LUNES 28 PURE DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA C/BROCOLI YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 2,3	MARTES 29 PURÉ DE CALABAZA FILETES EN SALSA C/ARROZ PILAF FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	MIÉRCOLES 30 PURE DE VERDURAS PAELLA MIXTA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4	JUEVES 31	VIERNES 1

Alérgenos:*1-Leche, 2-Huevo, 3-Gluten, 4-Pescado, 5-Crustáceos. 6-moluscos, 7-Frutos secos, 8-Apio, 9-Cacahuets, 10-Mostaza, 11-Altramuces, 12- Soja, 13-Sésamo, 14-Sulfitos**

Verdura del mes: BROCOLI



**Conviene recordar (sobre todo en estas fechas), que el consumo de azúcar debe ser muy moderado, ya que, en exceso, puede ser perjudicial para la salud de nuestros niños y niñas y causar en un futuro, enfermedades como diabetes, obesidad y otras enfermedades cardiovasculares.*