

MENU TRANSICIÓN (1-2) ABRIL 2021

El exceso de carne, pescado, huevos y lácteos tiene un alto coste para nuestra salud y el medio ambiente: por eso, fomentamos el consumo de vegetales, especialmente verduras, frutas y legumbres.

LUNES 5 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,2,3	MARTES 6 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/CEBOLLA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4	MIÉRCOLES 7 CREMA DE PUERRO POLLO ASADO CON ENSALADA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,3	JUEVES 8 PURÉ DE VERDURAS JUDIAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS Y ARROZ FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	VIERNES 9 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA PLANCHA C/PATATAS PANADERA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,3,4
LUNES 12 CREMA DE PUERRO TORTILLA FRANCESA C/ZANAHORIA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,2,3	MARTES 13 PURÉ DE VERDURAS PATATAS GUIADAS CON VERDURAS Y MERLUZA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4	MIÉRCOLES 14 PURÉ DE VERDURAS TERNERA EN SALSA CON VERDURAS Y PATATAS LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,3	JUEVES 15 PURÉ DE VERDURAS COCIDO COMPLETO(garbanzos, morcillo, , gallina, zanahoria, patata y repollo) FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	VIERNES 16 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/CEBOLLA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,3,4
LUNES 19 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ZANAHORIA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,2,3	MARTES 20 PURE DE CALABACÍN Y PUERRO POLLO PLANCHA CON ENSALADA DE GARBANZOS, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	MIÉRCOLES 21 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA EN SALSA VERDE LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,3,4	JUEVES 22 ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA PURÉ DE VERDURAS FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	VIERNES 23 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/ENSALADA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,3,4
LUNES 26 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ZANAHORIA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,2,3	MARTES 27 PURE DE CALABACÍN Y PUERRO POLLO ASADO CON ENSALADA DE GARBANZOS Y TOMATE FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	MIÉRCOLES 28 SOPA DE FIDEOS MERLUZA EN SALSA VERDE LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,3,4	JUEVES 29 PURÉ DE VERDURAS JUDIAS VERDES SALTEADAS FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	VIERNES 30 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/ENSALADA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,3,4

***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: CEBOLLA

*(PROMEDIO VALORES NUTRICIONALES POR COMIDA: Kcal: 411 PR: 18,4 g LIP: 17,3g HC: 54,6g)

El consumo de fruta y verdura de temporada tiene grandes beneficios para nuestr@s niñ@s, sin olvidarnos de los que tiene para el ecosistema. Mas info: <https://justiciaalimentaria.org/>