



MENU TRANSICIÓN (1-2) SIN LECHE MAYO 2021



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

<u>LUNES 3</u> PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ZANAHORIA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 2,3	<u>MARTES 4</u> PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/CEBOLLA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4	<u>MIÉRCOLES 5</u> PURÉ DE VERDURAS YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 2,3	<u>JUEVES 6</u> CREMA DE PUERRO POLLO ASADO CON ENSALADA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3	<u>VIERNES 7</u> PURÉ DE VERDURAS MERLUZA PLANCHA C/PATATAS PANADERA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4
<u>LUNES 10</u> PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ZANAHORIA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 2,3	<u>MARTES 11</u> PURE DE CALABACÍN Y PUERRO POLLO PLANCHA CON ENSALADA DE GARBANZOS, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	<u>MIÉRCOLES 12</u> PURÉ DE VERDURAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4	<u>JUEVES 13</u> ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA PURÉ DE VERDURAS FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	<u>VIERNES 14</u> PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/ENSALADA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4
<u>LUNES 17</u> SPAGUETTIS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON PUERRO YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 2,3	<u>MARTES 18</u> PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA FILETES DE TERNERA EN SALSA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	<u>MIÉRCOLES 19</u> PURÉ DE VERDURAS POLLO ENCEBOLLADO CON ARROZ YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3	<u>JUEVES 20</u> PURÉ DE VERDURAS JUDIAS BLANCAS CON VERDURAS Y ARROZ FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	<u>VIERNES 21</u> PURÉ DE VERDURAS MERLUZA EN SALSA VERDE C/ENSALADA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4
<u>LUNES 24</u> CREMA DE PUERRO TORTILLA FRANCESA C/ZANAHORIA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 2,3	<u>MARTES 25</u> PURÉ DE VERDURAS ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4	<u>MIÉRCOLES 26</u> PURÉ DE VERDURAS TERNERA EN SALSA CON VERDURAS Y PATATAS YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3	<u>JUEVES 27</u> PURÉ DE VERDURAS COCIDO COMPLETO (garbanzos, morcillo, , gallina, zanahoria, patata y repollo) FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	<u>VIERNES 28</u> PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/CEBOLLA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4
<u>LUNES 31</u> PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ZANAHORIA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 2,3	<u>MARTES 1</u> PURE DE CALABACÍN Y PUERRO POLLO PLANCHA CON ENSALADA DE GARBANZOS, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	<u>MIÉRCOLES 2</u> SOPA DE FIDEOS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4	<u>JUEVES 3</u> ENSALADA DE TOMATE PURÉ DE VERDURAS FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	<u>VIERNES 4</u> PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/ENSALADA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA Alérgenos 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: ZANAHORIA



El exceso de carnes, pescados, 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. Mas info:

<https://maresmadrid.es/alimentacion/>