

MENU TRANSICIÓN (1-2) JULIO 2022

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 4 PURÉ DE ZANAHORIA TORTILLA ESPAÑOLA C/ENSALADA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,2,3	MARTES 5 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/CEBOLLA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4	MIÉRCOLES 6 CREMA DE PUERRO POLLO ASADO CON ENSALADA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,3	JUEVES 7 PURÉ DE VERDURAS LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS Y ARROZ FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	VIERNES 8 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA PLANCHA C/PATATAS PANADERA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1, 3,4
LUNES 11 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ZANAHORIA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,2,3	MARTES 12 PURE DE CALABACÍN Y PUERRO POLLO PLANCHA CON ENSALADA DE GARBANZOS, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	MIÉRCOLES 13 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA EN SALSA VERDE LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1, 3,4	JUEVES 14 PURÉ DE VERDURAS JUDIAS BLANCAS CON VERDURAS Y ARROZ FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	VIERNES 15 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA EN SALSA VERDE C/ENSALADA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1, 3,4
LUNES 18 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON PUERRO LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,2,3	MARTES 19 PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA FILETES DE TERNERA EN SALSA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	MIÉRCOLES 20 PURÉ DE VERDURAS POLLO ENCEBOLLADO CON ARROZ LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1, 3	JUEVES 21 PURÉ DE VERDURAS LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS Y CARNE DE TERNERA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	VIERNES 22 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/ENSALADA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1, 3,4
LUNES 25 CREMA DE PUERRO TORTILLA FRANCESA C/ZANAHORIA LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,2,3	MARTES 26 PURÉ DE VERDURAS PATATAS GUIADAS CON VERDURAS Y MERLUZA FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3,4	MIÉRCOLES 27 PURÉ DE VERDURAS TERNERA EN SALSA CON VERDURAS Y PATATAS LACTEO, PAN/AGUA Alérgenos 1,3	JUEVES 28 PURÉ DE VERDURAS COCIDO COMPLETO (garbanzos, morcillo, , gallina, zanahoria, patata y repollo) FRUTA, PAN/AGUA Alérgenos 3	VIERNES 29 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/CEBOLLA 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-Cacahuetes, 10-Mostaza, 11-Altramuces, 12- Soja, 13-Sésamo, 14-Sulfitos**



Verdura del mes: **PIMIENTO**



-Comer productos de temporada es bueno para tu salud, tu bolsillo y el medio ambiente. Además de ayudar a reducir las emisiones de CO2 y apoyar la sostenibilidad de la tierra, consumes productos que han sido recogidos en su punto óptimo de maduración a un precio justo y que favorece la economía local.-

Más info: <https://soydetemporada.es/>