

SIN HUEVO

MENU SIN HUEVO SEPTIEMBRE 2024 E.I. EL TREN

SIN HUEVO

TODA LA MATERIA PRIMA USADA EN ESTE MENÚ NO CONTIENE HUEVO NI TRAZAS DEL MISMO.

Feliz Cursos 	Feliz Cursos 	MIÉRCOLES 4 CREMA DE VERDURAS MERLUZA AL HORNO LÁCTEO , PAN/AGUA 	JUEVES 5 ENSALADA DE TOMATE LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS Y MIJO FRUTA, PAN/AGUA 	VIERNES 6 ARROZ CON TOMATE FILETE DE CERDO C/ ENSALADA LÁCTEO , PAN/AGUA 
1 LUNES 9 SPAGUETTIS SIN HUEVO CON TOMATE LOMO CON CALABACÍN LÁCTEO , PAN/AGUA 	MARTES 10 ENSALADA DE TOMATE PATATAS GUIADAS CON VERDURAS Y PESCADO FRUTA, PAN/AGUA 	MIÉRCOLES 11 SOPA DE LETRAS SIN HUEVO Y VERDURAS POLLO AL LIMÓN CON PATATAS HORNO LÁCTEO , PAN/AGUA 	JUEVES 12 ENSALADA DE MAIZ JUDIAS BLANCAS GUIADAS CON VERDURAS Y ARROZ FRUTA, PAN/AGUA 	VIERNES 13 MENESTRA DE TEMPORADA RAGOUT EN SALSA DE ZANAHORIA LÁCTEO , PAN/AGUA 
LUNES 16 CREMA DE VERDURAS FILETE DE POLLO CON ZANAHORIA LÁCTEO, PAN/AGUA 	MARTES 17 MENESTRA DE VERDURAS DE TEMPORADA MERLUZA AL HORNO C/PATATA FRUTA, PAN/AGUA 	MIÉRCOLES 18 ENSALADA DE MAIZ PASTA SIN HUEVO CON VERDURAS DE TEMPORADA Y POLLO SALTEADO LÁCTEO , PAN/AGUA 	JUEVES 19 SOPA SIN HUEVO DE COCIDO COCIDO COMPLETO(garbanzos, morcillo, gallina, zanahoria, patata y repollo) FRUTA, PAN/AGUA 	VIERNES 20 ARROZ C/ VERDURAS BACALAO HORNO CON PATATAS LÁCTEO , PAN/AGUA 
LUNES 23 PASTA SIN HUEVO CON TOMATE LOMO AL HORNO C/CALABACÍN LÁCTEO,PAN/AGUA 	MARTES 24 PURE DE VERDURAS POLLO PLANCHA CON ENSALADA DE GARBANZOS, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA, PAN/AGUA 	MIÉRCOLES 25 SOPA SIN HUEVO DE FIDEOS SALMÓN AL HORNO LÁCTEO , PAN/AGUA 	JUEVES 26 COCA CASERA SIN HUEVO LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS Y MIJO FRUTA, PAN/AGUA 	VIERNES 27 ENSALADA DE ZANAHORIA ARROZ C/ CARNE Y VERDURAS LÁCTEO , PAN/AGUA 

VALORES NUTRICIONALES MEDIA DIARIA : Kcal: 394 PR: 16.2g LIP: 12.3g HC: 55.5

LAS NOTIFICACIONES DE MOLUSCOS Y CRUSTÁCEOS EN LOS DÍAS DE PESCADO, SE DEBE AL HECHO DE SER CONGELADOS (POR NORMATIVA), Y NO GARANTIZAN LA INEXISTENCIA DE TRAZAS DE LOS MISMOS, ASÍ COMO EL SÉSAMO EN EL PAN



Verdura del mes: CALABACÍN

-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.-


LEGUMES


PESCADO


MIXTA


MOLUSCOS


LÁCTEOS


HUEVOS


GRANOS DE CEREALES


CONTIENE GLUTEN


PRODUCTO DE CÁSCARA


CONTIENE SULFURO


CONTIENE CRUSTÁCEOS


CONTIENE ALÉRGICOS


CONTIENE SÉSAMO


CONTIENE ALÉRGICOS

Consumes productos que han sido recogidos
Más info: <https://soydetemporada.es/>

Verdura y Fruta

de-temporada SEPTIEMBRE

