



MENÚ TRANSICIÓN SIN LECHE Y SIN SOJA (1-2)

1º TRIMESTRE OTOÑO E.I. EL TREN



***TODA LA MATERIA PRIMA USADA EN ESTE MENÚ NO CONTIENE PLV, NI LACTOSA, NI SOJA, NI TRAZAS DE LAS MISMAS.**

EL PAN NO CONTIENE TRAZAS DE SOJA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 5/10 9/11 14/12	CREMA DE PUERRO REVUELTO DE VERDURAS FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS POLLO ASADO CON ARROZ FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/ENSALADA FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE JUDÍAS VERDES SALMÓN PLANCHA C/PATATAS PANADERA FRUTA, PAN/AGUA
SEMANA 12/10 16/11 21/12	PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ZANAHORIA FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE CALABAZA Y PUERRO POLLO PLANCHA CON ENSALADA DE GARBANZOS, TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS SALMÓN AL HORNO CON PATATAS FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS COCA DE POLLO (Masa con pollo y verduras) -FRUTA Y PAN 	PURÉ DE VERDURAS MERLUZA EN SALSA VERDE C/ENSALADA FRUTA, PAN/AGUA
SEMANA 19/10 23/11 28/12	PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON PUERRO FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE CALABAZA Y BONIATO TERNERA EN SALSA C/PURÉ DE COLIFLOR FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS POLLO EN SALSA DE ZANAHORIA CON ARROZ FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS COCIDO COMPLETO (garbanzos, morcillo, gallina, zanahoria, patata y repollo) FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE COLIFLOR CON PATATAS MERLUZA AL HORNO C/ENSALADA FRUTA, PAN/AGUA
SEMANA 26/10 30/11	PURÉ DE GUISANTES TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS PATATAS GUISADAS CON VERDURAS Y MERLUZA FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS TERNERA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS EMPANADILLAS CASERAS DE POLLO AL HORNO FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS SALMÓN HORNO C/ENSALADA FRUTA, PAN/AGUA
SEMANA 7/11 7/12	PURÉ DE VERDURAS TORTILLA C/CALABACÍN FRUTA, PAN/AGUA 	CREMA DE ZANAHORIA Y LENTEJAS ROJAS POLLO ASADO CON ARROZ FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/ENSALADA FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS COCIDO COMPLETO (garbanzos, morcillo, gallina, zanahoria, patata y repollo) FRUTA, PAN/AGUA 	PURÉ DE VERDURAS BACALAO AL HORNO C/TOMATE FRUTA, PAN/AGUA

LAS NOTIFICACIONES DE MOLUSCOS Y CRUSTÁCEOS EN LOS DÍAS DE PESCAO, 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



PROMOCIÓN DE LA FORMACIÓN LAS PALMAS

ALENZA 30, MADRID 28003

NUTRICIONISTA: VIRGINIA CABALLERO DE LEÓN GÓMEZ

MIEMBRO DE LA ACADEMIA ESPAÑOLA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

VERDURAS DEL TRIMESTRE: CALABACÍN



JUDÍA VERDE



CALABAZA



BROCOLI



Otoño

Frutas y Hortalizas

