

MENÚ OLIVER NOVIEMBRE 2017

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 FIESTA (Día de todos los santos)	2 <i>Puré verduras y pollo</i> Macarrones boloñesa Guisantes salteados Yogur o gelatina (2 años) Pan	3 <i>Puré verduras y ternera</i> Arroz blanco Salchichas pollo en salsa de verduras Fruta y Pan
6 <i>Puré verduras y merluza</i> Puré verduras Croquetas jamón. May. San Jacobo + ensalada. Fruta y Pan	7 <i>Puré verduras y pollo</i> Sopa maravilla Merluza en salsa de verduras con guisantes Yogur y Pan	8 <i>Puré verduras y ternera</i> Arroz con pollo Quesito Fruta Pan	9 <i>Puré verduras y merluza</i> Espaguetis con tomate Judías verdes salteadas Yogur Pan	10 <i>Puré verduras y pollo</i> Lentejas con verduras Jamón York. Fruta Pan
13 <i>Puré verduras y ternera</i> Crema calabacín Merluza empanada. May: ensalada Fruta y Pan	14 <i>Puré verduras y merluza</i> Cocido de garbanzos con verduras Pringá Yogur y pan	15 <i>Puré verduras y pollo</i> Macarrones con tomate Guisantes con salchichas Fruta Pan	16 <i>Puré verduras y ternera</i> Patatas guisadas con merluza Quesito Yogur o gelatina (2 años) Pan	17 <i>Puré verduras y merluza</i> Arroz blanco Albóndigas en salsa de verduras Fruta Pan
20 <i>Puré verduras y pollo</i> Lentejas con verduras Jamón York. May: con ensalada Fruta Pan	21 <i>Puré verduras y ternera</i> Sopa pollo con fideos Pechuga pollo con champiñones. Yogur y Pan	22 <i>Puré verduras y merluza</i> Espaguetis con tomate Judías verdes con jamón york Fruta Pan	23 <i>Puré verduras y pollo</i> Crema de calabaza Palitos de merluza Yogur Pan	24 <i>Puré verduras y ternera</i> Arroz con tomate Salchichas de pollo al baño María Fruta y Pan
27 <i>Puré verduras y merluza</i> Macarrones boloñesa Menestra de verduras Fruta Pan	28 <i>Puré verduras y pollo</i> Cocido de garbanzos con verduras Pringá Yogur y pan	29 <i>Puré verduras y ternera</i> Patatas guisadas con carne Quesito Fruta Pan	30 <i>Puré verduras y merluza</i> Crema calabacín Salchichas de pollo con patatas May: Hamburguesa de pollo!! Yogur y Pan	

INTOLERANCIAS

- **Intolerancia gluten:**

1. Lentejas: son cocinadas sin pimentón ni chorizo.
2. Pasta: sin gluten.
3. Croquetas: se sustituyen por pescado hervido, pechuga de pollo a la plancha, salchichas o quesitos sin gluten

- **Intolerancia a la lactosa:**

1. Croquetas: se sustituyen por jamón york o salchichas de pollo.
2. Quesito: se sustituye por pescado hervido
3. Yogur: de soja.

- **Intolerancia a la ternera:** se sustituye por pollo o pescado.

Cada día se comunicará en el control de comedor qué han comido los niños.

Menú SUPERVISADO y VALIDADO por ASEMED Nutrición

Dr. Francisco de Asís Cordero Domínguez/Colegiado 4107753SE Asesor Médico en
Nutrición y Patología de la Nutrición www.asedmed.info
asedmednutricion@asedmed.info

