

## MENÚ OLIVER NOVIEMBRE 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			<b>1</b>  <b>FIESTA</b>	<b>2</b>  <i>Puré verduras y ternera</i>  Lentejas con chorizo Jamón York. Fruta Pan
<b>5</b>  <i>Puré verduras y merluza</i>  Puré de verduras Croquetas jamón+empanadillas Fruta Pan	<b>6</b>  <i>Puré verduras y pollo</i>  Sopa pollo con fideos. Merluza en salsa Yogur Pan	<b>7</b>  <i>Puré verduras y ternera</i>  Espaguetis boloñesa Judías verdes Fruta Pan	<b>8</b>  <i>Puré verduras y merluza</i>  Judías con chorizo y verduras Jamón York Yogur Pan	<b>9</b>  <i>Puré verduras y pollo</i>  Arroz con pollo Quesito Fruta Pan
<b>12</b>  <i>Puré verduras y ternera</i>  Crema Calabacín Merluza empanada May: ensalada Fruta y Pan	<b>13</b>  <i>Puré verduras y merluza</i>  Cocido de garbanzos Pringa Yogur Pan	<b>14</b>  <i>Puré verduras y pollo</i>  Macarrones con tomate y atún Menestra Fruta Pan	<b>15</b>  <i>Puré verduras y ternera</i>  Patatas guisadas con carne Quesito Yogur Pan	<b>16</b>  <i>Puré verduras y merluza</i>  Arroz blanco Albóndigas en salsa verduras Fruta Pan
<b>19</b>  <i>Puré verduras y pollo</i>  Crema calabaza Palitos merluza/Ensalada Fruta Pan	<b>20</b>  <i>Puré verduras y ternera</i>  Sopa estrellitas Pechuga pollo en salsa Yogur Pan	<b>21</b>  <i>Puré verduras y merluza</i>  Espaguetis con tomate Salchichas de pollo Fruta Pan	<b>22</b>  <i>Puré verduras y pollo</i>  Lentejas con chorizo Jamón York Yogur Pan	<b>23</b>  <i>Puré verduras y ternera</i>  Arroz con carne Quesito Fruta Pan
<b>26</b>  <i>Puré verduras y merluza</i>  Macarrones con atún Judías verdes Fruta Pan	<b>27</b>  <i>Puré verduras y pollo</i>  Cocido de garbanzos Pringa Yogur Pan	<b>28</b>  <i>Puré verduras y ternera</i>  Patatas guisadas con merluza Quesito Fruta Pan	<b>29</b>  <i>Puré verduras y merluza</i>  Arroz blanco Albóndigas con tomate Yogur Pan	<b>30</b>  <i>Puré verduras y pollo</i>  Crema calabacín Salchichas de pollo con patatas May: <b>Hamburguesa de pollo!!</b> Fruta 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](http://www.asedmed.info)  
[asedmednutricion@asedmed.info](mailto:asedmednutricion@asedmed.info)



**ASEMED**  
Asesores Médicos en Nutrición

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Francisco', written over a large, sweeping horizontal stroke.