

MENÚ OLIVER NOVIEMBRE 2020

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 FIESTA	3 <i>Puré verduras y merluza</i> Sopa maravilla Pechuga pollo salsa Yogur Pan	4 <i>Puré verduras y pollo</i> Puré verduras Croquetas pollo Fruta Pan	5 <i>Puré verduras y ternera</i> Lentejas con chorizo Jamón York. May: con ensalada Yogur Pan	6 <i>Puré verduras y merluza</i> Arroz con tomate Salchichas de pollo Fruta Pan
9 <i>Puré verduras y pollo</i> Crema calabacín Palitos de merluza. May: con ensalada Fruta y Pan	10 <i>Puré verduras y ternera</i> Cocido garbanzos Pringá Yogur Pan	11 <i>Puré verduras y merluza</i> Espaguetis con atún Quesito Fruta Pan	12 <i>Puré verduras y pollo</i> Judías con chorizo Pavo lonchas. May: con ensal Yogur Pan	13 <i>Puré verduras y ternera</i> Arroz en blanco Albóndigas con tomate Fruta Pan
16 <i>Puré verduras y merluza</i> Puré verduras Croquetas jamón. May: con ensal Fruta y Pan	17 <i>Puré verduras y pollo</i> Sopa maravillas Merluza en salsa Yogur Pan	18 <i>Puré verduras y ternera</i> Arroz con pollo Quesito Fruta Pan	19 <i>Puré verduras y merluza</i> Lentejas con chorizo Jamón York. May: con ensalada Yogur Pan	20 <i>Puré verduras y pollo</i> Macarrones boloñesa Judías verdes Fruta Pan
23 <i>Puré verduras y ternera</i> Crema de calabaza Merluza empanada, may: San Jacobo y ensalada Fruta y Pan	24 <i>Puré verduras y merluza</i> Sopa fideos Pechuga pollo en salsa Yogur Pan	25 <i>Puré verduras y pollo</i> Espaguetis con atún Menestra Fruta Pan	26 <i>Puré verduras y ternera</i> Garbanzos con chorizo Pavo lonchas. May: con ensalada Yogur y Pan	27 <i>Puré verduras y merluza</i> Arroz blanco con albóndigas en salsa Fruta Pan
30 <i>Puré verduras y pollo</i> Crema calabacín Salchichas de pollo con patatas May: Hamburguesa de pollo!! 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
asedmednutricion@asedmed.info



ASEMED
Asesores Médicos en Nutrición

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