

MENÚ OLIVER DICIEMBRE 2020

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 <i>Puré verduras y ternera</i> Cocido garbanzos Pringá Yogur Pan	2 <i>Puré verduras y merluza</i> Macarrones con atún Judías verdes Fruta Pan	3 <i>Puré verduras y pollo</i> Lentejas con chorizo Jamón York. May: con ensalada Yogur Pan	4 <i>Puré verduras y ternera</i> Arroz con tomate Salchichas de pollo Fruta Pan
7 FIESTA	8 FIESTA	9 <i>Puré verduras y merluza</i> Puré verduras Palitos merluza Fruta Pan	10 <i>Puré verduras y pollo</i> Judías con chorizo Pavo lonchas. May: con ensal Yogur Pan	11 <i>Puré verduras y ternera</i> Espaguetis con tomate Quesito Fruta Pan
14 <i>Puré verduras y merluza</i> Crema calabaza Croquetas jamón. May: con ensal Fruta y Pan	15 <i>Puré verduras y pollo</i> Sopa maravilla Merluza en salsa Yogur Pan	16 <i>Puré verduras y ternera</i> Macarrones boloñesa Menestra Fruta Pan	17 <i>Puré verduras y merluza</i> Lentejas con chorizo Jamón York. May: con ensalada Yogur Pan	18 <i>Puré verduras y pollo</i> Arroz blanco Albóndigas con tomate Fruta Pan
21 <i>Puré verduras y ternera</i> Puré verduras Palitos merluza. May: con ensalada Fruta y Pan	22 <i>Puré verduras y merluza</i> Sopa fideos Pechuga pollo en salsa Yogur Pan	23 <i>Puré verduras y pollo</i> Espaguetis con atún Quesito Fruta Pan	24 FIESTA	25 FIESTA
28 <i>Puré verduras y ternera</i> Lentejas con chorizo Pavo lonchas. May: con ensalada Fruta y Pan	29 <i>Puré verduras y merluza</i> Arroz blanco Albóndigas en salsa Yogur Pan	30 <i>Puré verduras y pollo</i> Crema calabacín Salchichas de pollo con patatas May: Hamburguesa de pollo!! Fruta y Pan	31 FIESTA	

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

