



Información de sustancias o productos que causan alergias o intolerancias conforme al Reglamento (UE) 1169/2011 correspondiente a:

### Menú General Privado Transportado

## Noviembre 2025

| Lunes                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Martes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Miércoles                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jueves                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Viernes                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Día 3</b><br>1º. Lentejas huertanas<br><b>Sulfitos, Gluten</b><br>2º. Tortilla de patata<br><b>Huevo</b><br>Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y remolacha<br><b>Sulfitos</b><br>Lácteo<br><b>Leche</b><br>Pan<br><b>Gluten</b>                                                                              | <b>Día 4</b><br>1º. Arroz caldos integral con judías verdes.<br><b>Sulfitos, Gluten, Soja (T)</b><br>2º. Filete de merluza con tomate<br><b>Crustáceo(T), Molusco(T), Pescado</b><br>Ensalada campestre con zanahoria, apio y aceitunas<br><b>Sulfitos, Apio</b><br>Fruta<br>-<br>Pan integral<br><b>Gluten, Soja</b> | <b>Día 5</b><br>1º. Sopa de pescado con piñones de pasta<br><b>Pescado, Crustáceo, Molusco(T), Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</b><br>2º. Muslo de pollo al romero<br>-<br>Patatas brava<br><b>Sulfitos</b><br>Fruta<br>-<br>Pan<br><b>Gluten</b>                                                                | <b>Día 6</b><br>1º. Olla de legumbres<br><b>Sulfitos, Gluten</b><br>2º. Croquetas de bacalao<br><b>Gluten, Leche, Huevo(T), Soja, Crustáceo(T), Molusco(T), Pescado(T), Mostaza, Frutos de cáscara, Apio</b><br>Ensalada de lechuga, tomate, maíz y apio<br><b>Sulfitos, Apio</b><br>Fruta<br>-<br>Pan<br><b>Gluten</b> | <b>Día 7</b><br>1º. Crema de verduras natural de temporada con <b>coliflor ecológica</b><br><b>Sulfitos</b><br>2º. Hamburguesa al horno encebollada<br><b>Sulfitos, Soja</b><br>Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino<br><b>Sulfitos</b><br>Fruta<br>-<br>Pan integral<br><b>Gluten, Soja</b> |
| <b>Día 10</b><br>1º. Judías huertanas<br><b>Sulfitos, Gluten</b><br>2º. Ventresca de merluza al limón<br><b>Pescado, Crustáceo, Molusco(T)</b><br>Ensalada de lechuga, zanahoria, aceitunas y apio.<br><b>Sulfitos, Apio</b><br>Lácteo<br><b>Leche</b><br>Pan<br><b>Gluten</b>                                    | <b>Día 11</b><br>1º. Macarrones integrales con atún y tomate<br><b>Pescado, Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</b><br>2º. Tortilla francesa<br><b>Huevo, Leche</b><br>Ensalada campestre con zanahoria, remolacha y maíz.<br><b>Sulfitos</b><br>Fruta<br>-<br>Pan integral<br><b>Gluten, Soja</b>                | <b>Día 12</b><br>1º. Crema de calabacín natural.<br><b>Sulfitos</b><br>2º. Albóndigas de pollo al chilindrón<br><b>Gluten, Soja(T), Sulfitos</b><br>Patatas<br><b>Sulfitos</b><br>Fruta<br>-<br>Pan<br><b>Gluten</b>                                                                                                     | <b>Día 13</b><br>1º. Arroz a la cubana con tomate y huevo duro.<br><b>Huevo</b><br>2º. Crujientes de merluza<br><b>Gluten, Pescado, Crustáceo(T), Moluscos (T), Soja (T), Mostaza (T)</b><br>Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y apio<br><b>Sulfitos, Apio</b><br>Fruta<br>-<br>Pan<br><b>Gluten</b>                 | <b>Día 14</b><br>1º. Sopa de cocido con lluvia.<br><b>Apio, Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</b><br>2º. Cocido madrileño con <b>garbanzos ecológicos</b> , magro, col y verduras.<br><b>Sulfitos, Soja, Apio</b><br>Fruta<br>-<br>Pan integral<br><b>Gluten, Soja</b>                            |
| <b>Día 17</b><br>1º. Lentejas huertanas con acelgas.<br><b>Sulfitos, Gluten</b><br>2º. Filete de merluza al horno<br><b>Pescado, Crust., Mol.</b><br>Ensalada de lechuga, zanahoria, apio y aceitunas.<br><b>Sulfitos, Apio</b><br>Lácteo<br><b>Leche</b><br>Pan<br><b>Gluten</b>                                 | <b>Día 18</b><br>1º. Fideuá campellera<br><b>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T), Pescado, Crust., Mol.</b><br>2º. Lomo adobado al horno<br><b>Soja(T), Leche(T)</b><br>Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y pepino<br><b>Sulfitos</b><br>Fruta<br>-<br>Pan integral<br><b>Gluten, Soja</b>                     | <b>Día 19</b><br>1º. Caldo de cocido con garbanzos y estrellitas<br><b>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</b><br>2º. Fogonero con rebozado casero<br><b>Pescado, Crust., Mol., Soja (T), Gluten</b><br>Ensalada mézclum con tomate, zanahoria y remolacha.<br><b>Sulfitos</b><br>Fruta<br>-<br>Pan<br><b>Gluten</b> | <b>Día 20</b><br>1º. Crema de verduras natural de temporada con espinacas y <b>cebolla ecológica</b> .<br><b>Sulfitos</b><br>2º. Longaniza casera<br><b>Sulfito, Soja</b><br>Patatas a lo pobre<br><b>Sulfitos</b><br>Fruta<br>-<br>Pan<br><b>Gluten</b>                                                                | <b>Día 21</b><br>1º. Arroz a banda con calamar<br><b>Pescado, Crust. (T), Mol. (T), Soja (T)</b><br>2º. Tortilla de calabacín<br><b>Huevo</b><br>Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino<br><b>Sulfitos</b><br>Fruta<br>-<br>Pan integral<br><b>Gluten, Soja</b>                                |
| <b>Día 24</b><br>1º. Espirales integrales con calabacín y tomate<br><b>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</b><br>2º. Tortilla francesa<br><b>Huevo, Leche(T)</b><br>Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y remolacha.<br><b>Sulfitos</b><br>Yogur natural sin azúcar<br><b>Leche</b><br>Pan<br><b>Gluten</b> | <b>Día 25</b><br>1º. Arroz de verduras<br><b>Soja (T)</b><br>2º. Boquerones en tempura<br><b>Pescado, Crust. (T), Mol. (T), Gluten, Leche (T), Huevo</b><br>Ensalada campestre de tomate, zanahoria y pepino<br><b>Sulfitos</b><br>Fruta<br>-<br>Pan integral<br><b>Gluten, Soja</b>                                  | <b>Día 26</b><br>1º. Crema natural de temporada con <b>calabaza ecológica</b> .<br><b>Sulfitos</b><br>2º. Magro estofado con champiñón<br><b>Gluten, Soja</b><br>Patatas<br><b>Sulfitos</b><br>Fruta<br>-<br>Pan<br><b>Gluten</b>                                                                                        | <b>Día 27</b><br>1º. Sopa de ajo con lluvia<br><b>Gluten, Huevo, Soja (T), Mostaza (T)</b><br>2º. Filete de merluza al horno con pisto suave<br><b>Pescado, Crust. Mol.</b><br>Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y apio.<br><b>Sulfitos, Apio</b><br>Fruta<br>-<br>Pan<br><b>Gluten</b>                              | <b>Día 28</b><br>1º. Judías estofadas con puerro y col<br><b>Sulfitos, Gluten, Soja</b><br>2º. Pollo a la riojana<br><b>Sulfitos</b><br>Carlitos al tomillo<br>-<br>Fruta<br>-<br>Pan integral<br><b>Gluten, Soja</b>                                                                                   |

Un alérgeno\* es un componente que puede provocar alergia o intolerancia a personas sensibles a dicho compuesto. Por lo general, los alérgenos\* no son sustancias problemáticas en personas sanas. En esta tabla, la **presencia del alérgeno**, o de **trazas (T)** (debido a contacto cruzado), no siempre significa que la receta contenga ese alimento, sino que forma parte (en pequeñas cantidades) de la composición del ingrediente utilizado. En España, sólo el 5% de la población presenta algún tipo de alergia alimentaria. El 95% restante no presenta ninguna complicación al consumir dichos alérgenos\*.

