



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

**Menú General Privado Transportado**

**Marzo 2022**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p><b>Día 1</b></p> <p>1º. Potaje de garbanzos con espinacas <b>Gluten, Sulfitos</b></p> <p>2º. Muslo de pollo asado - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y remolacha <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 2</b></p> <p>1º. Sopa a la marinera con fideos <b>Pescado, Crustáceo, Molusco(T), Sulfitos, Gluten, Huevo(T)</b></p> <p>2º. Tortilla de calabacín <b>Huevo</b> Ensalada mézclum con tomate, zanahoria y queso fresco <b>Sulfitos, Leche</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 3</b></p> <p>1º. Crema de verduras con brócoli <b>Sulfitos</b></p> <p>2º. Lomo asado a la mostaza <b>Soja(T), Leche(T), Mostaza</b> Patatas panadera <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 4</b></p> <p>1º. Arroz de verduras con coliflor, guisantes y <b>pimiento ecológico</b> -</p> <p>2º. Croquetas de bacalao <b>Gluten, Pescado, Leche, Huevo(T), Crustáceo(T), Molusco(T), Soja(T)</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>
<p><b>Día 7</b></p> <p>1º. Lazos con berenjena y tomate <b>Gluten, Huevo(T)</b></p> <p>2º. Ventresca de merluza a la gallega <b>Pescado</b> Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y apio <b>Sulfitos, Apio</b></p> <p>Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 8</b></p> <p>1º. Crema de calabaza con hinojo y verduras de temporada <b>Sulfitos</b></p> <p>2º. Pollo a la jardinera - Patatas al vapor <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 9</b></p> <p>1º. Sopa reina con mollitas de gallina y piñones de pasta <b>Gluten, Huevo(T), Apio</b></p> <p>2º. Tortilla de patata <b>Huevo</b> Pisto manchego -</p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 10</b></p> <p>1º. Lentejas a la castellana con <b>carlota ecológica</b> <b>Sulfitos, Gluten</b></p> <p>2º. Hamburguesa al horno encbollada <b>Sulfitos</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 11</b></p> <p>1º. Arroz caldoso con garbanzos y judías verdes <b>Gluten, Sulfitos</b></p> <p>2º. Rodaja de merluza <b>Pescado, Gluten, Leche(T), Huevo, Crustáceo(T), Molusco, Soja(T)</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y col lombarda <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>
<p><b>Día 14</b></p> <p>1º. Caldo casero con <b>garbanzos ecológicos</b> y estrellas <b>Gluten, Huevo(T), Apio</b></p> <p>2º. Magro estofado con champiñón y patatas <b>Sulfitos, Soja</b></p> <p>Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 15</b></p> <p>1º. Olla de legumbres con arroz integral <b>Gluten, Sulfitos</b></p> <p>2º. Tortilla de atún <b>Pescado, Huevo</b> Ensalada mézclum con tomate, zanahoria y apio <b>Sulfitos, Apio</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 16</b></p> <p>1º. Espirales con pavo, cebolla y tomate <b>Soja, Leche, Gluten, Huevo(T)</b></p> <p>2º. Calamares a la romana <b>Pescado, Gluten, Huevo, Leche, Molusco, Crustáceo(T), Soja(T), Apio(T), Sulfitos(T)</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y pepino <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 17</b></p> <p>1º. Aji de gallina con su huevo <b>Sulfitos, Huevo</b></p> <p>2º. Lomo saltado <b>Soja(T), Leche(T)</b> Zanahoria morada, maíz y quinoa -</p> <p>Postre especial <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 18</b></p> <p>1º. Arroz empedrado con espinacas -</p> <p>2º. Filete de merluza al limón <b>Pescado, Crustáceo(T), Molusco(T)</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>
<p><b>Día 21</b></p> <p>1º. Fideuá campellerera con calamar <b>Pescado, Crustáceo, Molusco, Gluten, Huevo(T)</b></p> <p>2º. Lomo adobado al horno <b>Soja, Leche</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y col lombarda <b>Sulfitos</b></p> <p>Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 22</b></p> <p>1º. Judías con acelgas y <b>calabaza ecológica</b> <b>Gluten, Sulfitos</b></p> <p>2º. Fogonero a la marinera <b>Pescado, Crustáceo(T), Molusco(T)</b> Ensalada campestre con tomate, zanahoria y apio <b>Sulfitos, Apio</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 23</b></p> <p>1º. Sopa de ajo con huevo duro y lluvia <b>Apio, Gluten, Huevo</b></p> <p>2º. Albóndigas estofadas con tomate <b>Sulfitos</b> Patatas panadera <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 24</b></p> <p>1º. Crema de lentejas y boniato <b>Sulfitos</b></p> <p>2º. Pechuga de pollo a la plancha con ajitos - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y maíz <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>	<p><b>Día 25</b></p> <p>1º. Arroz a la cubana con tomate y huevo duro <b>Huevo</b></p> <p>2º. Crujientes de merluza <b>Pescado, Gluten, Huevo(T), Leche(T)</b> Ensalada de lechuga, zanahoria, pepino y aceitunas <b>Sulfitos</b></p> <p>Fruta - Pan <b>Gluten</b></p>

Día 28	Día 29	Día 30	Día 31
1º. Crema de verduras con calabacín ecológico y picatostes <b>Sulfitos, Gluten</b>	1º. Sopa de cocido con fideos <b>Apio, Gluten, Huevo(T)</b>	1º. Espaguetis a la boloñesa con queso rallado <b>Gluten, Huevo(T), Sulfitos, Leche</b>	1º. Lentejas huertanas con espinacas y nabo <b>Sulfitos, Gluten</b>
2º. Ventresca de merluza con tomate <b>Pescado</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y queso <b>Sulfitos, Leche</b>	2º. Cocido completo con jamoncito de pollo, garbanzos, col y verdura <b>Apio, Sulfitos</b>	2º. Bocaditos de rosada <b>Pescado, Gluten</b> Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y remolacha <b>Sulfitos</b>	2º. Tortilla de patata <b>Huevo</b> Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y atún <b>Sulfitos, Pescado</b>
Lácteo <b>Leche</b> Pan <b>Gluten</b>	Fruta - Pan <b>Gluten</b>	Fruta - Pan <b>Gluten</b>	Fruta - Pan <b>Gluten</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\*.

© COES COMEDORES ESCOLARES · C/ Dr. Isidoro de Sevilla, 72 (P. Ind. Rabasa) · 03009 Alicante · Tlf. 965 10 45 34 · 965 10 06 48 · Fax. 965 10 65 32

[www.comedoresescolares.com](http://www.comedoresescolares.com)