



DIETA SIN CARNE

	1º PLATO	2º PLATO	POSTRE
1			
2			
3	Lentejas estofadas con arroz integral y verduras (SL)	Merluza en salsa verde (PS+AP)	Fruta
4	Crema de calabacín (SL)	Pescadilla al horno (PS)	Fruta
5	Macarrones ecológicos gratinados (GL+L)	Tortilla francesa con lechuga (H+SJ)	Yogur (L)
6			
7			
8			
9			
10	Arroz blanco con sofrito de tomate	Palometa empanada con lechuga (GL+PS+H)	Fruta
11	Judías verdes con patata (SL)	Merluza al horno con champiñón (PS) laminado	Yogur (L)
12	Espaguetis ecológicos a la napolitana (GL+L)	Tortilla de patata con lechuga (H)	Fruta
13	Garganzos guisados con verduras (SL)	Bacalao rebozado con lechuga (PS+GL+SJ+MS+AP+SL+L+H+CR+ML)	Yogur (L)
14	Puré de verduras de temporada (SL)	Pescadilla en salsa de verduras (PS)	Fruta
15			
16			
17	Lentejas con verduras (SL)	Tortilla de patata con ensalada (H)	Fruta
18	Arroz de verduras	Merluza a la inglesa con lechuga (GL+H+PS)	Fruta
19	Puré de zanahoria (SL)	Tortilla de patata con lechuga (H)	Fruta
20	Col de hoja con patata rehogada con ajo y pimentón dulce (SL)	Pescadilla en salsa (PS)	Fruta
21	Pasta ecologica con tomate (GL)	Atun a la riojana (PS)	Natillas (L)
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			

La programación de los menús para dietas especiales se realiza de forma que cumple con el análisis nutricional medio indicado en el menú basal.

Elaborado por:	Revisado por:
Dpto. CALIDAD	Dpto. CALIDAD

*Información contenido de alérgenos declarables:

GL: Gluten // CR: Crustáceos // H: Huevo // PS: Pescado // CA: Cacahuetes // SJ: Soja // L: Lácteos // FS: Frutos secos // AP: Apio
MS: Mostaza // SS: Sésamo // SL: Sulfitos y dióxido de azufre // AL: Altramuces // ML: Moluscos