

Menú adaptado a la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca



PRIMER TRIMESTRE 1ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y jamón york	Leche de soja con cacao Pan "payés" con tomate y aceite	Yogurt de soja Plátano	Zumo de naranja natural Galletas "Quely"	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y jamón york
	Sopa de fideos Muslo de pollo al horno con verduras Fruta	Arroz con tomate Gallo al horno con guisantes, cebolla y calabacín Fruta	Tomate en rodajas con maíz Lentejas con verduras, patata y pollo Fruta	Ensalada con aguacate Sopa de arroz con trocitos de pescado, sepia y gambas Yogurt de soja	Ensalada mixta Macarrones con salsa boloñesa casera Fruta
MERIENDA	Fruta	"Llonguet" con tomate y pavo	Galletas con pepitas de chocolate	Fruta	Galletas "sin PLV"

Nota : Menú adaptado a la alergia a la proteína de la leche de vaca.
Una dieta equilibrada debe ser variada y contener todos los alimentos básicos



ALEJANDRA CARRIZO
Responsable Nutrición Calidad
Colegiada (CODINMA) N° MAD00832

Menú adaptado a la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca



PRIMER TRIMESTRE 2ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Leche de soja con cacao en polvo Galletas "sin PLV"	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y jamón cocido	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y aceite de oliva	Zumo de naranja natural "Llonguet" con tomate y pavo	Zumo de naranja natural Galletas "Quely"
COMIDA	Crema de calabacín	Ensalada de pasta con pavo	Ensalada con atún	Ensalada de tomate y maíz	Sopa de pollo con fideos y verduras
	Pechuga de pollo plancha con ensalada mixta	Merluza al horno sobre verduras asadas	Garbanzos con verduras y pollo	Arroz meloso con pescado y verduras	Tortilla de patatas con ensalada
	Fruta	Fruta	Yogurt de soja	Fruta	Yogurt de soja
MERIENDA	Fruta	Yogurt de soja Galletas "sin PLV"	Fruta	Fruta	Galletas "sin PLV" con pepitas de chocolate

Nota : Menú adaptado para dietas con intolerancia al gluten.
Una dieta equilibrada debe ser variada y contener todos los alimentos básicos



ALEJANDRA CARRIZO
Responsable Nutrición Calidad
Colegiada (CODINMA) Nº MAD00832

Menú adaptado a la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca



PRIMER TRIMESTRE 3ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y pavo	Yogurt de soja Galletas "Quely"	Leche de soja con cacao Galletas "sin PLV"	Zumo de naranja natural Panecillo integral con tomate y pavo	Leche de soja con cacao en polvo Cereales
	Ensalada mixta	Sopa casera de pollo y fideos	Ensalada de garbanzos con atún	Puré de verduras	Ensalada mixta
COMIDA	Albóndigas a la jardinera con arroz	Pescado a la plancha con ensalada	Muslitos de pollo al horno con calabacín	Salmón a la plancha con patata asada	Macarrones con salsa de tomate casera
	Fruta	Fruta	Yogurt de soja	Fruta	Fruta
MERIENDA	Yogurt de soja y galletas "sin PLV"	Pan "payés" con jamón de york	Fruta	Galletas "sin PLV" con pepitas de chocolate	Galletas "Quely"

Nota : Menú adaptado para dietas con intolerancia al gluten.
Una dieta equilibrada debe ser variada y contener todos los alimentos básicos



ALEJANDRA CARRIZO
Responsable Nutrición Calidad
Colegiada (CODINMA) Nº MAD00832

Menú adaptado a la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca



PRIMER TRIMESTRE 4ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Yogurt de soja Fruta	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y aceite	Leche de soja con cacao en polvo Galletas "sin PLV"	Bebida de soja Pan "payés" con tomate y pavo	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y jamón cocido
	Sopa de estrellitas	Ensalada con taquitos de pavo	Arroz basmati	Garbanzos con verduras	Ensalada mixta con aceitunas
COMIDA	Hamburguesa de pollo y ensalada mixta	Lomos de bacalao con salsa de tomate casera y patatas	Estofado de ternera con verduritas	Tortilla de patatas con tomate en rodajas	Fideua con rape, sepia y gambas
	Fruta	Fruta	Yogurt de soja	Fruta	Fruta
MERIENDA	"Llonguet" con tomate y pavo	Galletas "Quely"	Fruta	Fruta	Galletas "sin PLV" con pepitas de chocolate

Nota : Menú adaptado para dietas con intolerancia al gluten.
Una dieta equilibrada debe ser variada y contener todos los alimentos básicos



ALEJANDRA CARRIZO
Responsable Nutrición Calidad
Colegiada (CODINMA) N° MAD00832

Menú adaptado a la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca



SEGUNDO TRIMESTRE 1ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Yogurt de soja	Leche de soja con cacao en polvo	Zumo de naranja natural	Zumo de naranja natural	Zumo de naranja natural
	Galletas "Quely"	Cereales	Pan "payés" con tomate y jamón york	Galletas "Quely"	Panecillo integral con tomate y pavo
COMIDA	Ensalada de tomate con atún	Arroz con salsa de tomate	Ensalada mixta	Crema de verduras de temporada	Sopa casera de fideos
	Pollo al horno con verduras y patata	Merluza con guisantes y champiñones	Lentejas con carne de ternera, verduritas y patata	Gallo a la marinera con guisantes	Ternera a la plancha con rodajas de tomate aliñado
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt de soja
MERIENDA	Fruta	Pan "payés" con tomate y pavo	Galletas "sin PLV" con pepitas de chocolate	"Llonguet" con tomate y jamón de york	Plátano

Nota : Menú adaptado para dietas con intolerancia al gluten.
Una dieta equilibrada debe ser variada y contener todos los alimentos básicos



ALEJANDRA CARRIZO
Responsable Nutrición Calidad
Colegiada (CODINMA) N° MAD00832

Menú adaptado a la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca



SEGUNDO TRIMESTRE 2ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Yogurt de soja	Zumo de naranja natural	Leche de soja con cacao	Zumo de naranja natural	Leche de soja
	Panecillo integral con tomate y jamón york	Pan "payés" con tomate y pavo	Galletas "sin PLV"	"Llonguet" con tomate y queso	Tortitas de maíz
COMIDA	Crema de calabaza, zanahoria y boniato	Sopa casera de pescado con fideos	Daditos de tomate con orégano	Ensalada mixta	Ensalada verde con aceitunas y maíz
	Redondo de ternera asado con arroz basmati	Salmón a la plancha con salteado de guisantes y zanahoria	Wok de tofu verduritas y arroz	"Bullit de peix"	Pasta con salsa de tomate casera y jamón cocido
	Fruta	Fruta	Yogurt	Fruta	Fruta
MERIENDA	Galletas "Quely"	Yogurt de soja y fruta	Pan "payés" con tomate y pavo	Fruta	Galletas "Quely"

Nota : Menú adaptado para dietas con intolerancia al gluten.
Una dieta equilibrada debe ser variada y contener todos los alimentos básicos



ALEJANDRA CARRIZO
Responsable Nutrición Calidad
Colegiada (CODINMA) Nº MAD00832

Menú adaptado a la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca



SEGUNDO TRIMESTRE 3ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y pavo	Zumo de naranja natural Galletas "Quely"	Leche de soja Cereales	Leche de soja con cacao en polvo Galletas "sin PLV"	Zumo de naranja natural Panecillo integral con aceite y pavo
COMIDA	Macarrones con calabacín	Ensalada mixta	Sopa casera de pollo con estrellitas	Ensalada de tomate y maíz	Ensalada
	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada	Lomos de bacalao con salsa de tomate casera y patatas	Estofado de ternera con judías verdes y zanahoria	Fideuá de pescado con gambas y sepia	Pollo al curry con arroz basmati
	Yogurt de soja	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
MERIENDA	Fruta	Pan "payés" con tomate y pavo	Fruta	"Llonguet" con tomate y jamón cocido	Galletas "sin PLV" con pepitas de chocolate

Nota : Menú adaptado para dietas con intolerancia al gluten.
Una dieta equilibrada debe ser variada y contener todos los alimentos básicos



ALEJANDRA CARRIZO
Responsable Nutrición Calidad
Colegiada (CODINMA) Nº MAD00832

Menú adaptado a la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca



SEGUNDO TRIMESTRE 4ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Leche de soja con cacao en polvo	Zumo de naranja natural	Leche de soja con cacao en polvo	Zumo de naranja natural	Yogurt de soja
	Cereales	Pan "payés" con tomate y aceite	Galletas "sin PLV"	Pan "payés" con tomate y pavo	Plátano
COMIDA	Ensalada mixta	Ensalada con jamón de york	Crema de calabacín	Sopa de pescado con fideos	Verduras a la plancha
	Lentejas con verduritas, arroz y pollo	Gallo al horno sobre patatitas y verduras	Daditos de pavo salteado	Salmón a la plancha con su guarnición de ensalada y tomate	Lacitos de pasta con salsa boloñesa casera
	Fruta	Yogurt de soja	Fruta	Fruta	Fruta
MERIENDA	Pan "payés" con tomate	Fruta y galletas "Quely"	"Llonguet" con tomate y jamón york	Fruta	Galletas "Quely"

Nota : Menú adaptado para dietas con intolerancia al gluten.
Una dieta equilibrada debe ser variada y contener todos los alimentos básicos



ALEJANDRA CARRIZO
Responsable Nutrición Calidad
Colegiada (CODINMA) Nº MAD00832

Menú adaptado a la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca



TERCER TRIMESTRE 1ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Fruta Galletas "Quely"	Zumo de naranja natural Panecillo integral con jamón de york	Leche de soja con cacao en polvo Cereales	Zumo de naranja natural "Llonguet" con tomate y pavo	Yogurt de soja Fruta
	Ensalada de tomate con maíz Wok de pollo con verduritas, hortalizas y arroz basmati Fruta	Potaje de judías Merluza a la plancha con ensalada Fruta	Ensalada de arroz integral con atún Daditos de pollo al curry Yogurt de soja	Ensalada mixta Macarrones con salsa de tomate y gambas Fruta	Crema de calabaza Ternera plancha con patata asada Fruta
MERIENDA	"Llonguet" con tomate y pavo	Galletas "Quely"	Fruta	Tortitas de maíz	Plátano

Nota : Menú adaptado para dietas con intolerancia al gluten.
Una dieta equilibrada debe ser variada y contener todos los alimentos básicos



ALEJANDRA CARRIZO
Responsable Nutrición Calidad
Colegiada (CODINMA) Nº MAD00832

Menú adaptado a la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca



TERCER TRIMESTRE 2ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate	Leche de soja con cacao Galletas "sin PLV"	Zumo de naranja natural Panecillo integral con tomate y pavo	Zumo de naranja natural Galletas "Quely"	Leche de soja Galletas "sin PLV" con pepitas de chocolate
	Ensalada mixta Arroz con tomate y huevo frito Fruta	Sopa casera de pescado con fideos Lomos de bacalao con pisto de verduras Fruta	Ensalada de garbanzos Pollo al horno con patata asada Fruta	Crema de verduras Salmón a la pancha con arroz Fruta	Ensalada de tomate Macarrones con salsa de tomate casera Yogurt de soja
MERIENDA	Galletas "Quely"	"Llonguet" con tomate y jamón york	Yogurt de soja y fruta	Pan "payés" con tomate y pavo	Fruta

Nota : Menú adaptado para dietas con intolerancia al gluten.
Una dieta equilibrada debe ser variada y contener todos los alimentos básicos



ALEJANDRA CARRIZO
Responsable Nutrición Calidad
Colegiada (CODINMA) Nº MAD00832

Menú adaptado a la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca



TERCER TRIMESTRE 3ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Leche de soja con cacao en polvo Cereales	Zumo de naranja natural "Llonguet" con tomate y pavo	Leche de soja con cacao en polvo Galletas "sin PLV"	Yogurt de soja Pan "payés" con tomate y aceite	Zumo de naranja natural Galletas "Quely"
COMIDA	Crema de calabacín	Parrillada de verduras	Ensalada mixta	Ensalada de pasta con jamón de york	Sopa casera de pollo con estrellitas
	Chuletitas de cordero con miel y arroz	Merluza a la plancha con ensaladilla rusa casera	Lentejas con verduras, patata y pollo	Lenguado a la plancha con menestra	Muslitos de pollo al romero con verduras
	Fruta	Fruta	Yogurt de soja	Fruta	Fruta
MERIENDA	Fruta	Tortitas de maíz	Pan "payés" con tomate y jamón cocido	Fruta	Galletas con pepitas de chocolate

Nota : Menú adaptado para dietas con intolerancia al gluten.
Una dieta equilibrada debe ser variada y contener todos los alimentos básicos



ALEJANDRA CARRIZO
Responsable Nutrición Calidad
Colegiada (CODINMA) Nº MAD00832

Menú adaptado a la Alergia a la Proteína de Leche de Vaca



TERCER TRIMESTRE 4ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Yogurt de soja Fruta	Zumo de naranja natural Galletas "Quely"	Leche de soja con cacao en polvo Cereales	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y jamón york	Zumo de naranja natural Panecillo integral con tomate y jamón serrano
COMIDA	Ensalada de tomate al aceite de orégano	Crema de calabacín	Ensalada mixta	Sopa de pescado con fideos	Ensalada mixta
	Arroz chino con taquitos de pollo	Filete de gallo al horno con patatas fritas	"Mongetes amb butifarra"	Salmón a la plancha y ensalada	Macarrones con salsa boloñesa casera
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt
MERIENDA	Pan "payés" con aceite y pavo	Fruta	"Llonguet" con tomate y pavo	Fruta	Galletas "sin PLV" con pepitas de chocolate

Nota : Menú adaptado para dietas con intolerancia al gluten.
Una dieta equilibrada debe ser variada y contener todos los alimentos básicos



ALEJANDRA CARRIZO
Responsable Nutrición Calidad
Colegiada (CODINMA) Nº MAD00832