

## EDUCACIÓN PRIMARIA

PRIMER TRIMESTRE 1ª y 2ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>COMIDA</b>	Sopa de fideos (sin gluten)  Muslo de pollo al horno con verduras  Yogurt de soja C: soja	Arroz con tomate  Lenguado a la plancha con ensalada C: pescado  Fruta	Tomate en rodajas con queso de cabra C: lactosa  Judías blancas con verduras, patata y pollo C: dióxido de azufre o sulfitos  Fruta	Sopa de arroz con trocitos de pescado, sepia y marisco C: pescado, moluscos, crustáceos, dióxido de azufre y sulfitos  Fruta	Ensalada mixta  Pasta (sin gluten) boloñesa con salsa de tomate  Fruta
<b>COMIDA</b>	Crema de calabacín (sin leche o derivados)  Pechuga de pollo a la plancha con ensalada mixta  Fruta	Ensalada de tomate  Arroz con pescado y verduras C: pescado  Yogurt de soja C: soja	Ensalada con atún C: pescado  Garbanzos con verduras y pollo C: dióxido de azufre o sulfitos  Fruta	Ensalada de pasta (sin gluten) con queso de cabra C: lactosa  Merluza con verduras C: pescado  Fruta	Sopa de pollo con verduras y arroz  Tortilla de patatas con ensalada C: huevo o derivados  Yogurt de soja C: soja

\*Menús adaptados al nuevo *Reglamento 1169/2011* del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de Octubre de 2011 sobre información alimentaria facilitada al consumidor.

\* Indicación de alérgenos en productos alimentarios y platos elaborados.

“C”: contiene el alérgeno indicado

“T”: puede contener trazas del alérgeno indicado.

**SONIA TORRES ABASCAL**  
**DIETISTA-NUTRICIONISTA**  
**COLEGIADO: IB0029**

Firmado:



*Nota:* Estos menús están adaptados a intolerancia al gluten.

Menú sin leche de vaca y derivados.

Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.

\*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.

\*Todos los menús se sirven con pan sin gluten: **contiene huevo o derivados**

## EDUCACIÓN PRIMARIA

PRIMER TRIMESTRE 3ª y 4ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>COMIDA</b>	<p>Ensalada mixta</p> <p>Salmón a la plancha con arroz</p> <p>Yogurt de soja <b>C: soja</b></p>	<p>Puré de verduras <i>(sin leche o derivados)</i></p> <p>Merluza a la plancha con patatas fritas <b>C: pescado</b></p> <p>Fruta</p>	<p>Ensalada de judías blancas <b>C: dióxido de azufre o sulfitos</b></p> <p>Muslitos de pollo al horno con calabacín</p> <p>Fruta</p>	<p>Sopa de pollo con verduras y fideos <i>(sin gluten)</i></p> <p>Ternera a la plancha con ensalada</p> <p>Yogurt de soja <b>C: soja</b></p>	<p>Ensalada mixta</p> <p>Pizza <i>(sin gluten)</i> con jamón york y queso de cabra <b>C: soja y lactosa</b></p> <p>Fruta</p>
<b>COMIDA</b>	<p>Sopa de fideos <i>(sin gluten)</i></p> <p>Hamburguesa de pollo con ensalada mixta <b>C: dióxido de azufre o sulfitos</b></p> <p>Fruta</p>	<p>Ensalada mixta</p> <p>Cinta de lomo a la plancha y judías verdes con tomate</p> <p>Fruta</p>	<p>Crema de calabaza <i>(sin leche o derivados)</i></p> <p>Filete de gallo con verduras y arroz <b>C: pescado</b></p> <p>Yogurt de soja <b>C: soja</b></p>	<p>Garbanzos con verduras <b>C: dióxido de azufre o sulfitos</b></p> <p>Tortilla de patatas con tomate en rodajas <b>C: huevo o derivados</b></p> <p>Fruta</p>	<p>Ensalada con queso de cabra y aceitunas <b>C: lactosa</b></p> <p>Pasta <i>(sin gluten)</i> con atún y salsa de tomate <b>C: pescado</b></p> <p>Fruta</p>

\*Menús adaptados al nuevo *Reglamento 1169/2011* del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de Octubre de 2011 sobre información alimentaria facilitada al consumidor.

\* Indicación de alérgenos en productos alimentarios y platos elaborados.

“**C**”: contiene el alérgeno indicado

“**T**”: puede contener trazas del alérgeno indicado.

**SONIA TORRES ABASCAL**  
**DIETISTA-NUTRICIONISTA**  
**COLEGIADO: IB0029**

**Firmado:**



*Nota:* Estos menús están adaptados a intolerancia al gluten.

Menú sin leche de vaca y derivados.

Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.

\*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.

\*Todos los menús se sirven con pan sin gluten: **contiene huevo o derivados**