

Villa de Guadarrama SIN PESCADO



MAYO 2018

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

En cumplimiento del RD 126/2015, disponemos en nuestras cocinas de la información relativa a **ALÉRGENOS**.

ADO: Alérgenos de Declaración Obligatoria

FIESTA

FIESTA

1

2

3

4

Ensalada de pasta (hortalizas, york, queso)
ADO: GLUTEN, HUEVO, SOJA, LÁCTEOS Y DERIVADOS
Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga y maíz
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Judías pintas rehogadas
ADO: GLUTEN
Tortilla de calabacín con lechuga, tomate
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA DE EUROPA
Brócoli con mayonesa
ADO: HUEVO
Albóndigas en salsa (guisantes, champiñón, patatas)
ADO: HUEVO, SOJA, GLUTEN, SULFITOS Y SULFUROSOS
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Arroz tres delicias (huevo, jamón, guisantes)
ADO: HUEVO, SOJA
Croquetas de jamón con lechuga y tomate
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN, APIO
Piña en su jugo y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Lentejas ecológicas con verduras
ADO: GLUTEN
Tortilla de patatas con tomate natural, maíz
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
675	19	18	109

Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
765	32	28	97

7	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	656	31	27	74

8	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	661	26	24	86

9	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	660	29	40	46

10	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	662	27	21	91

11	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	787	24	39	85

Espaguetis integrales con queso al horno
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, HUEVO, GLUTEN
Tortilla francesa con ensalada
ADO: HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Judías verdes rehogadas
Pollo guisado con verduras
ADO: APIO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Arroz con tomate y jamón
ADO: SOJA
Escalopines madrileña con tomate y remolacha
ADO: GLUTEN, HUEVO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Fabada asturiana
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, GLUTEN
Filete de pavo a la plancha con patatas panadera
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Crema de calabaza, puerro, apio y patata
ADO: APIO
Ragú de ternera, zanahoria, guisantes, judías verdes
ADO: APIO
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

14	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	692	26	25	91

15	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	606	28	28	60

16	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	863	33	45	83

17	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	749	41	42	51

18	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	632	24	26	76

Lentejas estofadas
ADO: GLUTEN
Lomo de Sajonia a la plancha con patatas al vapor
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Menestra de verduras
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS
Jamoncitos de pollo asados con patatas
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Macarrones con tomate
ADO: HUEVO, GLUTEN
Tortilla jamón york con ensalada
ADO: HUEVO, SOJA
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Sopa juliana
ADO: APIO
Magro ternera riojana con tomate, pimiento, guisantes
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS
Helado (gluten, soja, lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

DÍA NACIONAL DEL CELIACO
Crema de calabacín
Salchichas frescas con patatas panaderas
ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan sin gluten (altramuces)

21	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	763	32	32	87

22	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	694	29	26	86

23	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	728	28	27	93

24	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	625	22	36	48

25	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	783	21	36	93

Ensalada de arroz con tomate, maíz, aceitunas
ADO: HUEVO
Lacón a la gallega con cachelos
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Brócoli rehogado
Salchichas frescas con tomate
ADO: SULFITOS Y SULFUROSOS
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Puchero de garbanzos (patata, chorizo y jamón)
ADO: LÁCTEOS Y DERIVADOS, SOJA, APIO
F. pollo plancha con ensalada
Fruta, leche (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

Crema de coliflor
Chuleta empanada con ensalada de lechuga, tomate y remolacha
ADO: GLUTEN, HUEVO
Yogur (lácteos y derivados) y pan (gluten, soja, sulfitos y sulfurosos, sésamo)

28	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	723	27	27	93

29	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	580	21	31	56

30	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	674	34	23	84

31	Kcal.	Prot.	Lip	H.C.
	843	27	59	50

