

Escuela infantil El Regajal

Menú Febrero

2 Espirales rehogadas con verduras y jamón york Alérgeno: Gluten, huevo, lactosa	3 Lentejas a la riojana (pollo y verduras) Alérgeno: legumbre	4 Menestra de verduras rehogada y tortilla de patatas Alérgenos: Huevo	5 Puré de verduras y merluza rebozada Alérgeno: Pescado, huevo	6 Albóndigas en salsa y arroz rehogado Alérgenos: trazas soja
9 Arroz rehogado con tomate Cinta lomo empanado Alérgeno: Huevo, gluten	10 Estofado de ternera y verduras Alérgeno: legumbre	11 Sopa de picadillo (ternera, pollo) y tortilla francesa Alérgenos: Huevo	12 Guisantes rehogados con patatas y merluza al horno con verduras Alérgenos: Pescado, huevo, gluten	13 Pollo en salsa con verduras Y patatas fritas
16 Fideua con pescado (merluza) Alérgeno: Huevo, gluten, Pescado	17 Lentejas estofadas con ternera y verduras Alérgeno: legumbre	18 Puré de puerro y zanahoria Tortilla de jamón serrano. Alérgenos: Huevo, gluten	19 Puchero de patatas a la marinera (bacalao) Alérgeno: pescado	20 Puré de verduras y Filete de sajonía Alérgeno: Lactosa
23 Arroz caldoso con magro y verduras	24 Cocido (sopa de fideos, garbanzos, pollo y ternera) Alérgeno: Gluten, huevo, legumbre	25 Puré de brócoli Y tortilla de calabacín Alérgeno: huevo	26 Judías verdes con tomate limanda rebozada Alérgeno: pescado, Huevo	27 Estofado de ternera, patatas, y verduritas

1. La elaboración de todos los platos se realiza en nuestra cocina atendiendo a las necesidades individuales y de grupo de alumnos.

2. **Los lunes, miércoles y viernes:** después de comida principal vasito de LECHE y FRUTA: en 2-3 se dará al finalizar la comida del día; en 0-1 y 1-2 se dará por la mañana (rallada, cortadita, ..) según el momento evolutivo.

3. **Los martes y jueves:** después de comida principal YOGURT NATURAL AZUCARADO.

4. Para la sustitución de alérgenos en los postres con **lactosa**, se ofrecerá la alternativa de yogurt de soja y bebida de soja.

5. Frente a **alergias, intolerancias** etc., es necesario, entregar en dirección informe médico al respecto para la elaboración posterior de un menú adaptado en cuyo caso se mandará cada mes a cada familia para su valoración.

6. **Los rebozados** que aparecen son con harina de maíz y huevo, **ninguno contiene leche, ni gluten;**

7. **Los empanados** que aparecen son con harina trigo y huevo, **no contienen leche**

8. No hay productos precocinados, ni aditivos o potenciadores de sabor; ningún puré del menú contiene leche; el aceite de oliva como base de elaboración de platos, no se utilizan ni mantequillas ni otros productos; **las ensaladas** aparecen en el tercer trimestre atendiendo a la evolución del grupo.

9. Queda a disposición de cualquier familia las fichas de productos utilizados en la elaboración de los platos de nuestros menús (s e puede consultar en dirección)