

Escuela infantil El Regajal

Menú Junio

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Arroz 3 delicias Pollo rehogado al ajillo Alérgeno: lactosa, huevo, legumbre	2 Lentejas estofadas con ternera ENSALADA Alérgeno: legumbre	3 Puré de verduras Tortilla patata Alérgenos: Huevo	4 Judías verdes con tomate Merluza rebozada Alérgeno: pescado, gluten, huevo	5 Pollo en salsa con verduras y patatas fritas
8 Ensalada Espirales (tomate, maíz, cebolla, pepino) Rollito jamón york y queso Alérgeno: Gluten, huevo, lactosa	9 Estofado de ternera con verduras y patata. ENSALADA Alérgeno:	10 Sopa de picadillo Tortilla de jamón serrano Alérgeno: Huevo, gluten	11 Guisantes con patatas Merluza al horno Alérgeno: pescado, legumbre	12 Potaje de garbanzos con verduras y pollo Alérgenos legumbre
15 Arroz meloso con pollo y verduritas ENSALADA Alérgeno:	16 Judías pintas estofadas (arroz) ENSALADA Alérgeno: legumbre	17 Puré de brócoli Tortilla francesa Alérgenos: Huevo	18 Ensalada campera (pepino, tomate, patata, maíz, zanahoria) Limanda rebozada Alérgeno Pescado, huevo	19 Puré champiñón Filete Sajonia plancha Alérgeno: legumbre, lactosa
22 Tallarines con salsa de tomate y atún ENSALADA Alérgeno: huevo, gluten, pescado	23 Cocido completo (sopa de fideos, garbanzos pollo, ternera) Alérgeno: legumbre, huevo, gluten	24 Puré de zanahoria y puerro Tortilla de champiñón Alérgeno huevo	25 Patatas a la marinera (bacalao) ENSALADA Alérgeno: pescado	26 Lentejas con chorizo, patata y verduras Alérgeno: legumbre
29 Arroz con tomate Filete pollo empanada Alérgeno: Huevo, gluten	30 Estofado de garbanzos con magro Alérgeno. Legumbre ENSALADA			

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 (se puede consultar en dirección)

