

Escuela infantil El Regajal

Menú Julio

		1 Pure de verduras Tortilla de jamón york Alérgeno: huevo, lactosa	2 Patatas guisadas con pescado (merluza) Alérgeno: pescado ENSALADA	3 Ragout de ternera con patatas fritas Alérgeno:
6 Fideua de pescado (merluza) Alérgeno: gluten, huevo, pescado ENSALADA	7 Lentejas estofadas con chorizo y verduras Alérgeno: legumbre ENSALADA	8 Puré zanahoria y puerro Tortilla atún Alérgenos: Huevo, pescado	9 Ensalada de garbanzos (tomate, pepino, zanahoria, maíz) Merluza en salsa Alérgeno: pescado, legumbre	10 Magro en salsa con arroz rehogado Alérgeno: ENSALADA
13 Ensalada Espirales (zanahoria, cebolla, pepino, tomate) y Pollo al ajillo Alérgeno: Gluten, huevo	14 Cocido completo (sopa de fideos, garbanzos, pollo, ternera) Alérgeno: legumbre, huevo, gluten	15 Guisantes con jamón serrano Tortilla de patata Alérgeno: Huevo, legumbre	16 Puré de champiñón y filete de limanda rebozada Alérgenos: Pescado, huevo	17 Albóndigas a la jardinera con patatas Alérgeno: soja, legumbre ENSALADA
20 Macarrones con salsa de tomate y atún Alérgeno: gluten, huevo, pescado ENSALADA	21 Judías pintas con arroz Alérgeno: legumbre ENSALADA	22 Judías verdes con tomate Tortilla francesa Alérgenos: Huevo,	23 Estofado de ternera verduras y patatas Alérgeno:	24 Ensalada de pasta (pollo, pepino, tomate, maíz, zanahoria, pimiento, cebolla) Alérgeno: Huevo, gluten
27 Arroz caldoso con magro y verduras. Alérgeno: ENSALADA	28 Lentejas con ternera Alérgeno Legumbre	29 Ensalada campera (tomate, patata, pepino) Rollito jamón york y queso Alérgeno: lactosa	30 Puré calabacín Filete Sajonia Alérgeno: lactosa	31 Espaguetis carbonara (jamón york, nata) Alérgeno: huevo, gluten, lactosa

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)



