



HOLA
Noviembre!



Menú **BASAL SIN GLUTEN C.E. ALTAIR**
Rotatorio Otoño
Noviembre de 2024

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>PASTA SIN GLUTEN CON BOLOÑESA DE TERNERA (salsa de tomate frito de elaboración casera)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>PUCHERO DE GARBANZOS CON FIDEOS SIN GLUTEN (fideos, garbanzos, POLLO, patatas, zanahoria, calabaza)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>GUISO DE ARROZ CALDOSO CON VERDURAS (calabacín, zanahorias, pimiento)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS (patatas, zanahorias y calabaza)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>CREMA DE CINCO VERDURAS (Patatas, zanahoria, brócoli, judías verdes, Cebolla y Puerro)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>
<p>DADITOS DE BACALAO (Gadus Morhua) Horneado con salsa casera de verduras Ensalada de lechuga iceberg con zanahoria rallada de guarnición</p>  	<p>FILETES DE CINTA DE LOMO DE CERDO ADOBADO A LA PLANCHA Floretes de Brócoli al Ajillo de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA CASERA DE VERDURAS Aliño de rodajas de Tomate natural con AOVE y perejil de guarnición.</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>TORTILLA FRANCESA (Huevo Talla L) Daditos de Calabacín salteados de guarnición</p>   	<p>ALBÓNDIGAS MIXTAS POLLO- VACUNO SIN ALÉRGENOS GUIADAS EN SALSA CASERA Patatas Fritas en Aceite Alto Oleico de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 
Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos
Fruta de Otoño	Fruta de Otoño	Fruta de Otoño o Postre Lácteo 	Fruta de Otoño	Fruta de Otoño o Postre Lácteo 
Lunes 04 de Noviembre de 2024	Martes 05 de Noviembre de 2024	Miércoles 06 de Noviembre de 2024	Jueves 07 de Noviembre de 2024	Viernes 08 de Noviembre de 2024

<p>ESTOFADO DE ALUBIAS BLANCAS con verduras y patatas</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>GUISO DE PATATAS CON VERDURAS (calabaza, zanahorias, guisantes, pimiento rojo, daditos de calabacín, puerro) en amarillo (cúrcuma)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>PUCHERO DE GARBANZOS CON FIDEOS SIN GLUTEN (fideos, garbanzos, pollo, patatas, zanahoria, calabaza)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>GUISO DE ARROZ CALDOSO CON VERDURAS (dados de calabacín, zanahorias, pimiento rojo y pimiento verde)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>CREMA DE CALABACÍN (Calabacín, Patatas, Cebolla y Puerro)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>
<p>TORTILLA DE CALABACÍN Y PATATAS Aliño de rodajas de Tomate natural con AOVE y perejil de guarnición.</p>   	<p>JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA CASERA Coliflor el Ajillo de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>DADITOS DE MERLUZA (Merluccius Merluccius) en salsa amarilla Daditos de Calabacín rehogados</p>  	<p>PECHUGA DE POLLO ADOBADA HORNEADA Floretes de Brócoli al vapor</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>HAMBURGUESA MIXTA POLLO-VACUNO SIN ALERGENOS EN SALSA DE TOMATE Patatas Fritas en Aceite Alto Oleico de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 
Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos
Fruta de Otoño	Fruta de Otoño	Fruta de Otoño o Postre Lácteo 	Fruta de Otoño	Fruta de Otoño o Postre Lácteo 
Lunes 11 de Noviembre de 2024	Martes 12 de Noviembre de 2024	Miércoles 13 de Noviembre de 2024	Jueves 14 de Noviembre de 2024	Viernes 15 de Noviembre de 2024



MENÚ FABRICADO POR:



MENÚ DISEÑADO POR:

Elena Carrasco Cabanillas
Dietista asociado CODINAN
AND-01220



MENÚ VALIDADO POR:









Carmen Gómez Linares
Ing.Téc. Agrícola
Esp. Calidad y P. Alimentos



NRS: 26.015661/SE

NOVIEMBRE 2024. Rev. 01

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
COCIDO DE GARBANZOS CON CARNE DE VACUNO PICADA , patatas, zanahorias y calabaza  NO CONTIENE ALÉRGENOS	PASTA SIN GLUTEN PANTERA ROSA (salsa de tomate frito y nata de elaboración casera)  	ARROZ A LA CUBANA (salsa de tomate frito de elaboración casera) NO CONTIENE ALÉRGENOS 	POTAJE DE JUDÍAS MICHIGAN con patatas y fondo de verduras  NO CONTIENE ALÉRGENOS	CREMA DE CALABAZA (Calabacín, Patatas, Cebolla y Puerro) NO CONTIENE ALÉRGENOS 
DADITOS DE MERLUZA EN SALSA VERDE SUAVE Aliño de rodajas de Tomate natural de guarnición.  	Tortilla FRANCESA (Huevo Talla L) Ensalada de Lechuga cortada en juliana de guarnición   	CHURRASCO DE POLLO al limón horneado Zanahorias Baby al vapor de guarnición. NO CONTIENE ALÉRGENOS 	DADITOS DE BACALAO (Gadus Morhua) horneados con salsa de zanahorias Floretes de Brócoli al vapor de guarnición  	FILETES DE CINTA DE LOMO DE CERDO ADOBADO A LA PLANCHA Daditos de Calabacín rehogados de guarnición NO CONTIENE ALÉRGENOS 
Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos
Fruta de Otoño	Fruta de Otoño	Fruta de Otoño o Postre Lácteo 	Fruta de Otoño	Fruta de Otoño o Postre Lácteo 
Lunes 18 de Noviembre de 2024	Martes 19 de Noviembre de 2024	Miércoles 20 de Noviembre de 2024	Jueves 21 Noviembre de 2024	Viernes 22 de Noviembre de 2024

GUISO DE MENESTRA CON PATATAS EN AMARILLO (Cúrcuma) NO CONTIENE ALÉRGENOS  	SOPA DE PUCHERO DE GARBANZOS (arroz, garbanzos, patatas, zanahoria y huevo duro)  	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS (patatas, zanahorias y calabaza) NO CONTIENE ALÉRGENOS 	GUISO DE ARROZ CALDOZO CON VERDURAS (brócoli, guisantes, calabacín y zanahorias) y fondo elaborado a base de tomate, pimiento, cebolla, puerro. NO CONTIENE ALÉRGENOS	CREMA DE CINCO VERDURAS (Patatas, zanahoria, brócoli, judías verdes, Cebolla y Puerro) NO CONTIENE ALÉRGENOS
JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA CASERA Coliflor el Ajillo de guarnición NO CONTIENE ALÉRGENOS 	DADITOS DE MERLUZA (Merluccius Merluccius) salteados con salsa de tomate frito de elaboración casera Judías verdes salteadas de guarnición 	FILETES DE CINTA DE LOMO DE CERDO ADOBADO A LA PLANCHA Floretes de Brócoli al Ajillo de guarnición NO CONTIENE ALÉRGENOS 	TORTILLA FRANCESA (Huevo Talla L) Rodajas de Zanahorias cocidas y aliñadas de guarnición.   	ALBÓNDIGAS MIXTAS POLLO- VACUNO SIN ALÉRGENOS guisadas en salsa casera Patatas Fritas en Aceite Alto Oleico de guarnición NO CONTIENE ALÉRGENOS 
Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos	Pan SIN GLUTEN 50 gramos
Fruta de Otoño	Fruta de Otoño	Fruta de Otoño o Postre Lácteo 	Fruta de Otoño	Fruta de Otoño o Postre Lácteo 
Lunes 25 de Noviembre de 2024	Martes 26 de Noviembre de 2024	Miércoles 27 de Noviembre de 2024	Jueves 28 de Noviembre de 2024	Viernes 29 de Noviembre de 2024

de temporada en
noviembre

frutas



verduras



pescado

