



mayo



Menú BASAL SIN LACTOSA Centro Educativo ALTAIR Rotatorio Primavera Mayo de 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Estofado de Judías Michigan con Patatas, Puerros, Zanahorias, y calabaza</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>Sopa de Verduras con Fideos</p> 	<p>Arroz a la Cubana</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 		<p>Crema de Calabacín, patatas, cebolla, caldo de verduras, Aceite de Oliva Virgen.</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 
<p>Filete de Merluza (Merluccius Merluccius) Horneado con salsa casera de verduras</p> <p>Ensalada de lechuga iceberg cortada en juliana de guarnición</p> 	<p>Jamonicitos de Pollo en Salsa de verduras</p> <p>Patatas Fritas en Aceite Alto Oleico de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>Hamburguesa casera Mixta Pollo- Vacuno en salsa</p> <p>Tomate natural aliñado con AOVE y perejil de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 		<p>Albóndigas Mixtas de Pollo- Vacuno sin alérgenos con salsa casera (caldo de pollo, cebolla, puerro, ajo, perejil, especias)</p> <p>Daditos de Calabaza homeadas al ajillo de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 
<p>Pan Blanco 50 gramos</p> 	<p>Pan Blanco 50 gramos</p> 	<p>Pan Blanco 50 gramos</p> 		<p>Pan Blanco 50 gramos</p> 
<p>Fruta de Primavera</p>	<p>Fruta de Primavera</p>	<p>Fruta de Primavera</p>		<p>Fruta de Primavera</p>
<p>Lunes 28 de Abril de 2025</p>	<p>Martes 29 de Abril de 2025</p>	<p>Miércoles 30 de Abril de 2025</p>		<p>Jueves 01 de Mayo de 2025</p>

<p>Aroz Caldoso con Pollo y Verduras (pimiento rojo, zanahorias, guisantes)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Lentejas Estofadas con verduras (patatas, zanahorias y calabaza)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>Sopa de Puchero de Garbanzos (fideos, garbanzos, patatas, zanahoria y huevo duro)</p> 	<p>Crema de Hortalizas de Primavera Calabaza, calabacín, patatas, cebolla, caldo de verduras.</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>Cazuela de Espinacas con Garbanzos</p> 
<p>Filete de Bacalao (Gadus Morhua) en salsa amarilla</p> <p>Ensalada de lechuga iceberg cortada en juliana de guarnición</p> 	<p>Jamonicitos de Pollo en Salsa Casera de verduras</p> <p>Floretes de Brócoli al ajillo</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>Varitas de Merluza fritas en Aceite de Girasol Alto Oleico</p> <p>Judías verdes rehogados</p> 	<p>Albóndigas Mixtas de Pollo- Vacuno sin alérgenos con salsa casera (caldo de pollo, cebolla, puerro, ajo, perejil, especias)</p> <p>Daditos de patatas al vapor de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p> 	<p>Tortilla Francesa (Huevo Talla L)</p> <p>Ensalada de lechuga iceberg cortada en juliana y daditos de tomate de guarnición</p> 
<p>Pan Blanco 50 gramos</p> 	<p>Pan Blanco 50 gramos</p> 	<p>Pan Blanco 50 gramos</p> 	<p>Pan Blanco 50 gramos</p> 	<p>Pan Blanco 50 gramos</p> 
<p>Fruta de Primavera</p>	<p>Fruta de Primavera</p>	<p>Fruta de Primavera o Postre Lácteo</p>	<p>Fruta de Primavera</p>	<p>Fruta de Primavera</p>
<p>Lunes 05 de Mayo de 2025</p>	<p>Martes 06 de Mayo de 2025</p>	<p>Miércoles 07 de Mayo de 2025</p>	<p>Jueves 08 de Mayo de 2025</p>	<p>Viernes 09 de Mayo de 2025</p>



<p>MENÚ FABRICADO POR:</p>  	<p>MENÚ DISEÑADO POR:</p> <p>Elena Carrasco Cabanillas Grado en Nutrición Humana y Dietética asociada a CODINAN Colegiada N° AND-01220</p> 	<p>MENÚ VALIDADO POR:</p> <p>Carmen Gómez Linares Ing.Téc. Agrícola Esp. Calidad, P. Alimentos y Nutrición</p> 
<p>NRS: 26.015661/SE</p>	<p>Mayo Año 2025</p>	

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Cocido de Garbanzos con patatas, zanahorias y calabaza</p>  <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Crema de Calabaza, patatas, cebolla, caldo de verduras, Aceite de Oliva Virgen.</p>  <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Guisantes estofados con zanahorias y patatas</p>  <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Potaje de Judías Michigan con patatas y fondo de verduras</p>  <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Arroz a la cubana</p>  <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>
<p>Filete de Cinta de Lomo de Cerdo Adobado a la plancha Ensalada de Lechuga de guarnición.</p>  <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Empanadilla de Pisto Daditos de Tomate Natural de guarnición.</p>  	<p>Hamburguesa de Pollo de elaboración casera y sin alérgenos en salsa de cebollas Floretes de Brócoli al vapor de guarnición.</p>  <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Tortilla Casera de Patatas Ensalada de Lechuga cortada en juliana y zanahoria rallada de guarnición</p>   	<p>Albóndigas de Merluza sin alérgenos con salsa casera marinera Zanahorias baby al vapor de guarnición</p>  
Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 
Fruta de Primavera	Fruta de Primavera	Fruta de Primavera	Fruta de Primavera	Fruta de Primavera
Lunes 12 de Mayo de 2025	Martes 13 de Mayo de 2025	Miércoles 14 de Mayo de 2025	Jueves 15 Mayo de 2025	Viernes 16 de Mayo de 2025

<p>Guiso de Patatas con pescado y Tiras de Pota</p>  	<p>Sopa de Puchero de Garbanzos (fideos, garbanzos, patatas, zanahoria y huevo duro)</p>   	<p>Guiso de Arroz caldoso con Verduras (brócoli, guisantes, calabacín y zanahorias) y fondo elaborado a base de tomate, pimienta, cebolla, puerro.</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Verduras Estofadas (patatas, zanahorias, puerro, judías verdes y calabaza)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Crema de Calabacín, patatas, cebolla, caldo de verduras, Aceite de Oliva Virgen.</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>
<p>Carne Mechada de elaboración casera en Salsa (Lomo de cerdo) Ensalada de Lechuga de guarnición.</p>  <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Filetes de Merluza (Merluccius Merluccius) salteados con salsa de elaboración casera Daditos de Tomate Natural de guarnición</p>  	<p>Tortilla Francesa (Huevo Talla L) Rodajas de Zanahorias cocidas y aliñadas de guarnición.</p>   	<p>Filetes de Bacalao (Gadus Morhua) salteados con salsa amarilla Daditos de Calabacín rehogados de guarnición</p>  	<p>Albóndigas Mixtas Pollo- Vacuno sin alérgenos con salsa casera (caldo de pollo, cebolla, puerro, ajo, perejil, especias) Patatas en daditos homeadas de guarnición</p>  <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>
Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 
Fruta de Primavera	Fruta de Primavera	Fruta de Primavera	Fruta de Primavera	Fruta de Primavera
Lunes 19 de Mayo de 2025	Martes 20 de Mayo de 2025	Miércoles 21 de Mayo de 2025	Jueves 22 de Mayo de 2025	Viernes 23 de Mayo de 2025

<p>Cazuela de Pisto con daditos de patatas fritas</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Floretes de Brócoli al ajo.</p>  <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Guiso de Patatas con Menestra de verduras (judías verdes, zanahoria, guisantes, champiñón, espárragos y alcachofas)</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Crema de Hortalizas de Primavera Calabaza, calabacín, patatas, cebolla, caldo de verduras.</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Sopa de Puchero de Garbanzos (fideos, garbanzos, patatas, zanahoria y huevo duro)</p>   
<p>Tortilla Francesa (Huevo Talla L) Ensalada de Lechuga de guarnición.</p>   	<p>Filete de Cinta de Lomo de Cerdo Adobado a la plancha con salsa de pimientos rojos y ajitos Ensalada de Pimientos Asados de guarnición</p> <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Daditos de Merluza (Merluccius Merluccius) salsa verde suave Daditos de Tomate Natural de guarnición</p>  	<p>Jamoncitos de Pollo en Salsa Daditos de patatas al vapor de guarnición</p>  <p>NO CONTIENE ALÉRGENOS</p>	<p>Filete de Bacalao Gadus Morhua) salteados con salsa de tomate frito de elaboración casera Ensalada Mixta de lechuga y daditos de tomate de guarnición</p>   
Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 	Pan Blanco 50 gramos 
Fruta de Primavera	Fruta de Primavera	Fruta de Primavera	Fruta de Primavera	Fruta de Primavera
Lunes 26 de Mayo de 2025	Martes 27 de Mayo de 2025	Miércoles 28 de Mayo de 2025	Jueves 29 de Mayo de 2025	Viernes 30 de Mayo de 2025