

ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS MENSUALES

PLATO	INGREDIENTES	GLUTEN	HUEVO	LECHE	PESCADO	FRUTOS SECOS	LENTEJAS
ALBONDIGAS EN SALSA	ALBONDIGAS MIXTAS,ZANAHORIA,PIMIENTO VERDE,PIMIENTO ROJO,CEBOLLA,CHAMPIÑONES,ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
ARROZ A LA CUBANA	ARROZ,TOMATE FRITO,SALCHICHAS FRANKFURT,HUEVO, ACEITE DE OLIVA	X	SIN HUEVO	SALCHICHAS SIN LECHE	X	X	X
ARROZ CON POLLO	ARROZ, AJO, PIMIENTO, POLLO, CALDO DE POLLO, ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
ARROZ TRES DELICIAS	ARROZ,TORTILLA,JAMÓN,GUISANTES	X	SIN TORTILLA	SIN JAMÓN	X	X	X
ATÚN CON TOMATE	ATÚN, CEBOLLA,AJO,TOMATE FRITO,ACEITE DE OLIVA	X	X	X	TORTILLA FRANCESA	X	X
ABADEJO AL HORNO	PESCADO BLANCO,ACEITE DE OLIVA, PEREJIL, AJO Y CEBOLLA	X	X	X	TORTILLA FRANCESA	X	X
BRÓCOLI REHOGADO	BRÓCOLI ,AJO Y ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
CARACOLAS CON TOMATE	CARACOLAS,TOMATE FRITO,ACEITE DE OLIVA	SIN GLUTEN	SIN HUEVO	X	X	X	X
CINTA DE LOMO	LOMO FRECO, ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
COCIDO COMPLETO-CARNE	PECHUGA DE POLLO,GALLINA,CHORIZO,MORCILLO,TOCINO	X	X	X	X	X	X
COCIDO COMPLETO-OTROS	GARBANZOS,HUESOS,ESQUELETO DE POLLO,REPOLLO,JUDIAS VERDES,PATATA,ZANAHORIA	X	X	X	X	X	X
COCIDO COMPLETO-SOPA	CALDO,FIDEOS,	SIN GLUTEN	X	X	X	X	X
CREMA DE CALABACÍN	CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA, QUESITOS, ACEITE DE OLIVA	X	SIN QUESO	SIN QUESO	X	X	X
CREMA DE CALABAZA	CALABAZA, PATATA,ZANAHORIA CEBOLLA, ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
COCA DE VERDURAS	MASA DE EMPANADA(H.TRIGO,ACEITE DE GIRASOL,AGUA,ZUMO DE LIMON Y SAL),CALABACIN,CEBOLLA, BERENJENA,PIMIENTO VERDE, PIMIENTO ROJO	MASA DE HOJALDRE SIN GLUTEN	X	MASA DE HOJALDRE	X	X	X

ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS MENSUALES

CREMA DE VERDURAS	CALABACÍN,CALABAZA,JUDIAS VERDES,PUERROS,ZANAHORIAS,PATATA,ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
CREMA DE ZANAHORIAS	ZANAHORIA,CALABAZA,PATATA, ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
CROQUETAS JAMON	CROQUETAS DE JAMÓN,ACEITE DE GIRASOL	SIN GLUTEN	SIN HUEVO	SIN LECHE	X	X	X
CROQUETAS BACALAO	CROQUETAS BACALAO, ACEITE GIRASOL	BACALAO PLANCHA	BACALAO PLANCHA	X	CROQUETAS JAMÓN	X	X
EMPANADILLAS	EMPANADILLAS, ACEITE DE GIRASOL	SIN GLUTEN	PESCADO PLANCHA	PESCADO PLANCHA	FILETE TERNERA	X	X
ENSALADA COMPLETA	LECHUGA,TOMATE,ATÚN, ACEITE Y SAL	X	X	X	SIN ATÚN	X	X
ENSALADA DE LEGUMBRE	GARBANZO,PIMIENTO ROJO, PIMIENTO VERDE,ATÚN, ACITE DE OLIVA	X	X	X	SIN ATÚN	X	X
ENSALADA DE PASTA	ESPIRALES,TOMATE FRESCO, ATÚN, HUEVO, MAIZ, ACEITE DE OLIVA	SIN GLUTEN	SIN HUEVO	X	X	X	X
ENSALADA DE TOMATE	TOMATE, ACEITE Y SAL	X	X	X	X	X	X
ENSALADA DE TOMATE Y QUESO	TOMATE, QUESO,ACEITE Y SAL	X	X	SIN QUESO	X	X	X
ESCALOPE DE LOMO	LOMO FRESCO, HARINA, PAN RALLADO,HUEVO, ACEITE DE GIRASOL	LOMO PLANCHA	LOMO PLANCHA	LOMO PLANCHA	X	X	X
ESPAGUETIS CARBONARA	PASTA,NATA,CEBOLLA,BACON,ACEITE DE OLIVA	SIN GLUTEN	X	SIN NATA CON HUEVO	X	X	X
ESPAGUETIS CON CHORIZO	PASTA,TOMATE,CHORIZO,CEBOLLA,ACEITE DE OLIVA	SIN GLUTEN	X	CHORIZO SIN LECHE	X	X	X
FILETE DE LOMO DE CERDO	LOMO Y ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
FLAMENQUINES	FLAMENQUINES, ACEITE DE GIRASOL	SALCHICHAS FRESCAS	X	SALCHICHAS FRESCAS	X	X	X
GUARNICIÓN PASTA	PASTA COCIDA, ACEITE DE OLIVA	SIN GLUTEN	X	X	X	X	X

ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS MENSUALES

GUISANTES CON JAMÓN	GUISANTES,CEBOLLA,JAMÓN YORK,ACEITE DE OLIVA	X	X	SIN JAMÓN	X	X	X
HAMBURGUESAS	HAMBURGUESA MIXTA, ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
JAMONCITOS DE POLLO	JAMONCITOS DE POLLO, POLLO, CEBOLLA, AJO , PIMIENTO ROJO, ZANAHORIA, PUERRO, FONDO BLANCO , ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
JUDIAS PINTAS	JUDIAS PINTAS, PIMIENTO ROJO, PIMIENTO VERDE, CEBOLLA, AJO,PATATAS,CHORIZO,ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
JUDIAS BLANCAS	JUDIAS BLANCAS, PIMIENTO ROJO, PIMIENTO VERDE,CEBOLLA, AJO, PATATAS, CHORIZO, ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
JUDIAS VERDES	JUDIAS VERDES PLANAS,AJO,PATATA,ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
LENTEJAS CON CHORIZO	LENTEJAS, ZANAHORIA, PATATA, `PIMIENTO, CEBOLLA, AJO ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	JUDIAS
LENTEJAS CON VERDURAS	LENTEJAS, PIMIENTO ROJO, PIMIENTO VERDE,CEBOLLA,TOMATE NATURAL,ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	JUDIAS
LOMO DE SAJONIA	LOMO DE SAJONIA, ACEITE DE OLIVA	X	X	LOMO FRESCO	X	X	X
MACARRONESCON TOMATE	PASTA, CEBOLLA, TOMATE FRITO,ACEITE DE OLIVA	SIN GLUTEN	X	X	X	X	X
MACARRONES BOLOÑESA	MACARRONES, CEBOLLA, CARNE PICADA MIXTA, TOMATE, ACEITE DE OLIVA	SIN GLUTEN	X	X	X	X	X
MACARRONES GRATINADOS	MACARRONES, TOMATE,NATA, HARINA, QUESO	SIN GLUTEN	SIN HUEVO	SOLO TOMATE	X	X	X
MAGRO CON TOMATE	MAGRO DE CERDO, AJO, CEBOLLA, PIMIENTO, ZANAHORIA,TOMATE NATURAL,TOMATE FRITO	X	X	X	X	X	X
MEDALLÓN MERLUZA AL HORNO	MEDALLON DE MERLUZA,CEBOLLA,AJO Y ACEITE DE OLIVA	X	X	X	FILETE POLLO	X	X
MERLUZA AL HORNO	MERLUZA,CEBOLLA,AJO Y ACEITE DE OLIVA	X	X	X	FILETE TERNERA	X	X

ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS MENSUALES

MERLUZA EN Salsa							
MERLUZA ROMANA	MERLUZA,HUEVO,HARINA,ACEITE DE GIRASOL	SIN GLUTEN	SIN HUEVO	X	FILETE DE LOMO	X	X
NUGUET POLLO	NUGUET POLLO,ACEITE DE GIRASOL	SIN GLUTEN	SIN HUEVO	SIN LECHE	X	X	X
PAELLA CON POLLO	ARROZ,AJO,PIMIENTO VERDE,PIMIENTO ROJO,POLLO,CALDO DE POLLO,COLORANTE,ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
PALITOS PESCADO	PALITOS PESCADO,ACEITE GIRASOL	SIN GLUTEN	PESCADO PLANCHA	PESCADO PLANCHA	FILETE POLLO	X	X
PATATAS GUIADAS CON MAGRO	PATATA,MAGRO DE CERDO,ZANAHORIA,AJO,CEBOLLA,PIMIENTO,CALDO,ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
PATATAS GUIADAS CON TERNERA	PATATA,RAGUT DE TERNERA,ZANAHORIA,AJO,CEBOLLA,PIMIENTO,CALDO,ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
PATATAS RIOJANA	PATATA,CHORIZO,CEBOLLA,PIMIENTO VERDE, AJO, AGUA, ACEITE DE OLIVA,SAL,LAUREL	X	X	SIN CHORIZO	X	X	X
PATATAS A LO POBRE	PATATAS,AJO,CEBOLLA,VINAGRE	X	X	X	X	X	X
PERRITOS CALIENTES	PAN PERRITO, SALCHICHA FRANKFURT, KETCHUP	SIN GLUTEN	X	SIN PAN	X	X	X
PESCADO AL HORNO	PALOMETA, CEBOLLA, AJO , ACEITE DE OLIVA	PALOMETA PLANCHA	X	X	POLLO PLANCHA	X	X
PIZZA	PIZZA DE JAMÓN Y QUESO	SIN GLUTEN	X	PIZZA VEGETAL	X	X	X
POLLO ASADO	TRASEROS DE POLLO, LIMÓN, ACEITE DE OLIVA, CHIMICHURRI, AJO, PATATAS	X	X	X	X	X	X
POLLO EMPANADO	PECHUGA DE POLLO, HARINA,HUEVO,SAL,ACEITE DE GIRASOL	SIN HARINA	SIN HUEVO	X	X	X	X
POLLO EN Salsa	CONTRAMUSLO POLLO,CEBOLLA,AJO,PIMIENTO ROJO,ZANAHORIA,PUERRO,	X	X	X	X	X	X

ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS MENSUALES

	FONDO BLANCO,,ACEITE DE OLIVA						
PURÉ DE LEGUMBRES	JUDIAS BLANCAS, GARBANZOS,CEBOLLA,PATATA,ZANAHORIA,TOMATE NATURAL,ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
PURÉ DE VERDURAS	CALABACÍN,CALABAZA,PUERROS,ZANAHORIA,JUDIAS VERDES,PATATA,AJO,ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA SUAVE	X	X	X	X	X	X
ROLLITOS JAMÓN Y QUESO	JAMON YORK, QUESO EN BARRA	X	X	SALCHICHAS FRESCAS	X	X	X
SALCHICHAS FRESCAS	SALCHICHAS FRESCAS DE CERDO/PAVO, ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
SALMÓN AL HORNO	SALMÓN,ACEITE DE OLIVA	X	FILETE TERNERA	X	X	X	X
SALMÓN PLANCHA	SALMÓN, ACEITE DE OLIVA	X	FILETE	X	X	X	X
SAN JACOBO	SAN JACOBO, ACEITE DE OLIVA	JAMÓN Y QUESO	JAMÓN Y QUESO	POLLO ASADO	X	X	X
SOPA DE ARROZ	CALDO DE CARNE (HUESOS FRESCOS DE CERDO,VACA Y POLLO, HUESOS DE JAMÓN), , ARROZ	X	X	X	X	X	X
SOPA DE ESTRELLAS	CALDO DE CARNE (HUESOS FRESCOS DE CERDO,VACA Y POLLO, HUESOS DE JAMÓN), PASTA DE ESTRELLITAS	SIN GLUTEN	X	X	X	X	X
SOPA DE FIDEOS	CALDO DE CARNE (HUESOS FRESCOS DE CERDO,VACA Y POLLO, HUESOS DE JAMÓN), , PASTA DE FIDEOS	SIN GLUTEN	X	X	X	X	X
TERNERA EN SALSA	SOFRITO DE VERDURAS (CEBOLLA,ZANAHORIA,PIMIENTO VERDE,PIMIENTO ROJO,TMATE Y AJO) TERNERA Y ACEITE DE OLIVA	X	X	X	X	X	X
TIBURONES NAPOLITANA	PASTA, TOMATE, PIMIENTO ROJO Y VERDE, CEBOLLA	SIN GLUTEN	X	X	X	X	X
TILAPIA EN SALSA	TILAPIA, AJO,CEBOLLA,PEREJIL	X	X	X	TERNERA	X	X
TORTILLA DE CALABACÍN	HUEVO, CALABACÍN Y ACEITE DE OLIVA	X	FILETE DE TERNERA	X	X	X	X

ADAPTACIONES, INGREDIENTES Y ALÉRGENOS MENSUALES

TORTILLA DE PUERROS	HUEVO, PUERROS Y ACEITE DE OLIVA	X	FILETE	X	X	X	X
TORTILLA DE QUESO	HUEVO, QUESO Y ACEITE OLIVA	X	FILETE POLLO	TORTILLA FRANCESA	X	X	X
TORTILLA FRANCESA	HUEVO, ACEITE DE OLIVA	X	FILETE DE TERNERA	X	X	X	X
TORTILLA JAMÓN DE PAVO	HUEVO, PAVO, ACEITE DE OLIVA	X	FILETE PAVO	TORTILLA FRANCESA	X	X	X
TORTILLA DE PATATAS	HUEVO, PATATAS, ACEITE DE OLIVA	X	FILETE DE TERNERA	X	X	X	X
VERDURA EN TEMPURA	TEMPURA DE VERDURAS, ACEITE DE GIRASOL	POLLO	POLLO	POLLO	X	X	X

- ALERGICOS A LA MOSTAZA : ALIMENTOS QUE LLEVEN **MOSTAZA** SE SUSTITUIRAN POR OTROS QUE NO CONTENGAN, O SE SUSTITUIRA POR OTRA COMIDA