



MAYO 2021. COLEGIO DIVINO SALVADOR. MENÚ ESPECIAL PARA ALÉRGICOS AL HUEVO. MENÚ SIN HUEVO





!! ENSEÑARA COMER, ENSEÑAR A CRECER !!

Este menú , a excepción de Huevo , pueden contener los siguientes alérgenos : Lácteos , crustáceos , pescado , altramuces , cacahuets , apio , sésamo , frutos secos , sulfitos , mostaza y soja "

*Cuidado que la pasta (macarrones, fideos, estrellitas, etc) NO sea al huevo (cosa que suele ser habitual) *No se deben comer lácteos enriquecidos con nata como es el caso del flan o natillas.

* Leer con atención las etiquetas de los productos porque muchos en su proceso de elaboración lleva huevo o sucedáneos como es el caso de salchichas, fiambres, bollería , galletas, cremas, etc

***SH : SIN HUEVO**

<p>3 ENSALADA MIXTA (QUESO , PAVO , TOMATE Y MAÍZ).</p> <p>ALBÓNDIGAS * SH CON ARROZ Y TOMATE.</p> <p>FRUTA</p>	<p>4 SALTEADO DE CHAMPIÑONES.</p> <p>PESCADO COCIDO CON PATATAS Y ACEITES DE OLIVA.</p> <p>GELATINA.</p>	<p>5 JUDÍAS REHOGADAS.</p> <p>JAMÓN ADOBADO CON PURÉ CASERO.</p> <p>FRUTA</p>	<p>6 MACARRONES * SH CON TOMATE.</p> <p>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA.</p> <p>FRUTA</p>	<p>7 LENTEJAS CON ARROZ Y ZANAHORIA.</p> <p>FILETE DE PALOMETA A LA PLANCHA CON PATATA COCIDA.</p> <p>KIWI Y NARANJA (FRUTAS CON VITAMINA C PARA AYUDAR A LA ABSORCIÓN DEL HIERRO)</p>
<p>10 SOPA DE COCIDO * SH</p> <p>TERNERA COCIDA CON CHORIZO Y PATATA.</p> <p>FRUTA</p>	<p>11 PASTEL DE ARROZ (JAMÓN YORK , QUESO Y TOMATE)</p> <p>FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA * (REBOZADO * SH) CON ENSALADA.</p> <p>YOGURT.</p>	<p>12 CREMA DE CALABACÍN.</p> <p>BISTEC * SH CON TALLARINES * SH</p> <p>FRUTA</p>	<p>13 BRÉCOL COCIDO CON AJADA Y ACEITE DE OLIVA.</p> <p>POLLO AL HORNO CON LIMÓN Y ARROZ BLANCO.</p> <p>FRUTA</p>	<p>14 ENSALADILLA SIN HUEVO.</p> <p>PIZZA DE JAMÓN YORK Y QUESO.</p> <p>BATIDO DE FRESAS.</p>
<p>17</p>	<p>18</p>	<p>19 GUISANTES CON JAMÓN.</p> <p>ESPAGUETIS * SH BOLOÑESA.</p> <p>YOGURT</p>	<p>20 MENESTRA SIN HUEVO.</p> <p>COSTILLA AL HORNO CON PATATA COCIDA.</p> <p>FRUTA</p>	<p>21 CREMA DE VERDURA CON PATATA.</p> <p>FILETE DE PALOMETA A LA PLANCHA CON ENSALADA.</p> <p>FRUTA</p>
<p>24 REPOLLO REHOGADO CON JAMÓN Y ZANAHORIA.</p> <p>PAVO A LA PLANCHA CON PATATA COCIDA.</p> <p>FRUTA</p>	<p>25 CREMA DE ZANAHORIA.</p> <p>PESCADO AL HORNO CON PATATA PANADERA.</p> <p>FRUTA</p>	<p>26 CALAMARES * SH FRITOS CON ENSALADA.</p> <p>CARNE GUISADA CON MACARRONES * SH</p> <p>YOGURT</p>	<p>27 ARROZ TRES DELICIAS (MAÍZ , PAVO Y GUISANTES)</p> <p>SALMÓN A LA PLANCHA CON PATATA COCIDA.</p> <p>FRUTA</p>	<p>28 GARBANZOS CON ACELGAS Y CUSCÚS.</p> <p>EMPANADA DE CARNE * SH</p> <p>FRUTA</p>
<p>31 CROQUETAS * SH DE JAMÓN CON ENSALADA.</p> <p>PAELLA DE POLLO Y MARISCOS.</p> <p>FRUTA</p>	 			

MENÚS APTOS PARA ALUMNOS DE 3 AÑOS EN ADELANTE . LOS ALUMNOS DE INFANTIL SIEMPRE COMERÁN SUPERVISADOS POR UN ADULTO . HABRÁ QUE VARIAR LAS CANTIDADES SEGÚN LA EDAD .INGESTA CALÓRICA RECOMENDADA PARA ESCOLARES DE 7 A 12 AÑOS : 2000 KCAL. LA INGESTA CALÓRICA PARA ALUMNOS DE INFANTIL DE 3 A 6 AÑOS SERÁ DE UN 20% MENOS , APROXIMADAMENTE , DE LA INDICADA EN EL MENÚ. ESTOS MENÚS PUEDEN CONTENER ALÉRGENOS ESPECIFICADOS QUE PUEDE CONSULTAR EN EL CENTRO.

ESTE MENÚ HA SIDO VALORADO Y CERTIFICADO POR CONSULTORÍA NUTRICIONAL CONUGA CUMPLIENDO CON LA NORMATIVA LEGAL VIGENTE " LEY DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN 17/ 2011 " , CON LA " NORMATIVA PARA MENÚS DE COMEDORES ESCOLARES Y COMEDORES COLECTIVOS " Y CON EL REGLAMENTO (UE) Nº 1169 / 2011 LA ALÉRGENOS DE DECLARACIÓN OBLIGATORIA. (ADO) PARA EL CURSO ESCOLAR 2020- 2021 . FIRMA : ROSA BUGEIRO DÍAZ . DIETISTA. RESPONSABLE DE CONSULTORÍA NUTRICIONAL GALLEGA.