

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	03.09.18	04.09.18	05.09.18	06.09.18	07.09.18
Menú	0 0	Pasta a la carbonara	Merluza al horno con patatas	Bratwurst con salsa de curry y patatas	Lacón a la gallega
Alt. 1	0	Ensalada verde	Crema de puerros	Ensalada de tomate	Ensalada de lentejas
Alt. 2	0	Alt 4: Pasta sin huevo con salsa boloñesa Alt 7: Pasta con salsa boloñesa	Alt5 Pollo a la plancha con patatas	Alt7,9,13,14 Filete ternera con patatas	Alt 15: Ensalada verde
Alt. 3	0	Alt.7 Yogurt soja sin lactosa	0	0	Alt. 7 yogurt de soja sin lactosa
	10.09.18	11.09.18	12.09.18	13.09.18	14.09.18
Menú	Merluza a la plancha con arroz	Fideuá con pollo y verduras	Filete cerdo a la plancha con patatas	Escalope de pollo con arroz salteado	Lentejas guisadas con chorizo fresco
Alt. 1	Caldo de jamón con fideos	Crema de puerros	Lechuga con pepino y maíz	Sopa de verduras	Tomates aliñados con cebollino
Alt. 2	Alt. 2,4 caldo con fideos s/gluten s/huevo	Alt 2: Fideua sin gluten con pollo y verduras. Alt 4: Fideua sin huevo con pollo y verduras	0	Alt2,4,7,13,15 Escalope con arroz adaptado	Alt15. Patatas guisadas con chorizo
Alt. 3	Alt. 5: Filete de ternera con ensalada	0	Alt. 7 yogurt de soja sin lactosa	0	Alt. 7 yogurt de soja sin lactosa
	17.09.18	18.09.18	19.09.18	20.09.18	21.09.18
Menú	Paella mixta con pollo	Hamburguesa (sin pan) de ternera con patatas fritas	Merluza rebozada con brócoli salteado	Pasta gratinada con salsa tomate y picadillo chorizo	Costillas asadas con arroz salteado
Alt. 1	Crema de zanahoria	Ensalada mixta	Sopa estrellitas	Crema de espárragos	Crema de verduras
Alt. 2	Alt: 3, 5, 8 Arroz con pollo y verduras	Alt.13,15 Hamburguesa de ternera con patatas	Alt2,4. Sopa pollo con fideos s/gluten s/huevo	Alt 2 y 7: Macarrones (sin gluten) con boloñesa Alt 4: Pasta (sin huevo) con boloñesa	0
Alt. 3	0	Alt. 7 yogurt de soja sin lactosa	Alt 5: Pollo a la plancha con brócoli y arroz Alt 2 y 4 Pescado rebozado sin gluten y sin huevo	Alt. 7 yogurt de soja sin lactosa	0
	24.09.18	25.09.18	26.09.18	27.09.18	28.09.18
Menú	Albóndigas en salsa con puré de patatas	Pizza con tomate jamón york y queso	Cocido madrileño completo	Pollo asado con arroz salteado	Salchichas Wiener con puré de garbanzos
Alt. 1	Ensalada mixta	Ensalada de repollo con zanahoria	Ensalada de lentejas (sólo veg)	Brócoli salteado	Ensalada de tomate y aceitunas
Alt. 2	Alt2,4,13,14 Albóndigas con puré	Alt 2, 7: Pizza con tomate y bacón	Alt 1, 2: Cocido adaptado (sin gluten)	Alt:4,5 Ensalada campera sin atún	Alt15. Salchichas Wiener con puré de patatas
Alt. 3	Alt 7: Yogurt de soja sin lactosa	0	0	Alt 7: Yogurt de soja sin lactosa	Alt 7: Yogurt de soja sin lactosa
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00	00.01.00
Menú	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0
Alt. 1	0	0	0	0	0
Alt. 2	0	0	0	0	0
Alt. 3	0	0	0	0	0

CODIGO INFORMACION TIPO ALERGENO											
001	004	006	008	009	010	011	012	013	014	015	016
Apio	5	Huevo	8	Lactosa	7	Frutos de cáscara SE	10	Sopa	13		
Cereales con gluten	1	Pescado	9	Miel/Aceite	6	Café/Chocolate	11	Sulfuro	14		
Colorantes	3	Alérgenos G		Miel/Aceite	6	Melón	12				

En caso de presentar intolerancia con algún plato, consultar alternativas en el listado completo de menús para alérgicos e intolerantes. Nuestra cocina está adaptada a todo tipo de restricciones alimenticias.
Revisión nutricional a cargo de la Dra. Laura Isabel Arranz, nutricionista de Gama nutrición.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	01.10.18	02.10.18	03.10.18	04.10.18	05.10.18
Menü 1	Ragout de ternera con arroz	Pasta con salsa boloñesa	Codillo asado con arroz salteado	Merluza rebozada con patatas	Judías blancas con chorizo y verduras
Alt. 1		Alt.2 y 4: pasta (adaptada) con salsa boloñesa	0	Alt 5: Pollo a la plancha con patatas Alt 2 y 4 Pescado rebozado sin gluten y sin huevo	Alt.15 Arroz con verduras y pollo
Alt. 2		0	0		
Alt. 3	Alt.7 Yogurt de soja sin lactosa	0	Alt.7 Yogurt de soja sin lactosa		Alt.7 Yogurt de soja sin lactosa
	08.10.18	09.10.18	10.10.18	11.10.18	12.10.18
Menü 1	Calamares a la romana con patatas al vapor	Pollo asado con patatas	Arroz a la cubana	Nidos de pasta con pollo y verduras	0 0
Alt. 1	Alt. 2 y 4: Calamares (s/ gluten, s/huevo) con ensalada de tomate	0	Alt.4: arroz con pollo	Alt. 2 y 4: Pasta (s/ gluten, s/huevo) con pollo y verduras	0
Alt. 2	Alt. 8: Pescado a la plancha con ensalada de tomate	0	0	Alt.2,4 Sopa de pollo adaptada	0
Alt. 3	Alt.7 Yogurt de soja sin lactosa	0	Alt.7 Yogurt de soja sin lactosa		0
	15.10.18	16.10.18	17.10.18	18.10.18	19.10.18
Menü 1	0 0	Salchicha Bratwurst con puré de patatas y chucrut	Merluza a la plancha con arroz	Escalope de pollo con ensalada	Garbanzos salteados con verduras
Alt. 1	0	Alt 7. Puré adaptado sin leche	Alt 5. Conejo al ajillo con arroz	Alt 2, 4 y 7: pollo a la plancha con ensalada	Alt.15 Codillo asado con puré de patatas
Alt. 2	0	0	0	0	
Alt. 3	0	Alt.7 Yogurt de soja sin lactosa	Alt.7 Fruta de temporada	0	
	22.10.18	23.10.18	24.10.18	25.10.18	26.10.18
Menü 1	Lentejas guisadas con verduras y arroz	Hamburguesa (sin pan) de ternera con patatas fritas	Merluza al horno con arroz salteado	Lasaña boloñesa	Pollo asado con brócoli al vapor
Alt. 1	Alt.15 Pollo plancha con verduras y arroz	Alt15. Crema de calabacín	Alt.5 Sepia salteada con arroz	Alt.2, 4, 7: Lasaña boloñesa (adaptada s/ gluten, s/huevo, s/leche)	0
Alt. 2	0	Alt.15 Hamburguesa con patatas fritas	0	0	0
Alt. 3	Alt.7 Yogurt de soja sin lactosa		Alt.2, 4 Sopa de fideos (adaptados)	Alt.7 Yogurt de soja sin lactosa	0
	29.10.18	30.10.18	31.10.18	00.01.00	00.01.00
Menü 1	Merluza rebozada con arroz blanco	Albóndigas en salsa con patatas cocidas	Pasta con atún y tomate	0 0	0 0
Alt. 1	Alt, 2, 4 : pescado rebozado (adaptado) con arroz	Alt, 2, 4 y 7: albóndigas en salsa (adaptadas) con patatas cocidas	Alt2,4 Pasta s/ gluten s/huevo con atún y tomate	0	0
Alt. 2	Alt 5: calamares a la romana con arroz	0	Alt5 Pasta con salsa carbonara	0	0
Alt. 3		Fruta de temporada	0	0	0

CODIGO INFORMACION TIPO ALERGENO											
001	004	005	006	007	008	009	010	011	012	013	014
Apio	5	Huevo	8	Lactosa	7	Frutos de cáscara SE	10	Sopa	15		
Cereales con gluten	1	Pescado	9	Miel/Aceite	6	Cochinillo	11	Sulfuro	14		
Colorantes	3	Alérgenos G	12	Miel/Aceite	6	Melón	13				

En caso de presentar intolerancia con algún plato, consultar alternativas en el listado completo de menús para alérgicos e intolerantes. Nuestra cocina está adaptada a todo tipo de restricciones alimenticias.

Revisión nutricional a cargo de la Dra. Laura Isabel Arranz, nutricionista de Gama nutrición.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	00.01.00	00.01.00	00.01.00	01.11.18	02.11.18
Menü 1	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0
Alt. 1	0	0	0	0	0
Alt. 2	0	0	0	0	0
Alt. 3	0	0	0	0	0
	05.11.18	06.11.18	07.11.18	08.11.18	09.11.18
Menü 1	Nido de pasta con gambas y verduras 2,3,4	Pollo a la plancha con patatas fritas -	Judías blancas con chorizo 15	Lasaña boloñesa 2,4,7	0 0 0
Alt. 1	Alt.4: Pasta (adaptada s/gluten, s/huevo) con gambas y verduras	0	Alt.15 Provolone al horno con tomate y patatas	Alt.2, 4, 7: Lasaña boloñesa (adaptada s/ gluten, s/ huevo, s/leche)	0
Alt. 2	Alt 3: Nido de pasta con tiras de pollo y verduras	Alt 1,2,4 Caldo de jamon adaptado	0	0	0
Alt. 3	Alt.7: Fruta de temporada	0	Alt.7: Yogurt de soja sin lactosa	Alt.7: Fruta de temporada	0
	12.11.18	13.11.18	14.11.18	15.11.18	16.11.18
Menü 1	Merluza guisada con patatas y guisantes 5,15	Pizza de carne picada tomate y queso 2,7	Lentejas estofadas con salchichas 15	Pasta carbonara 2,4,7,11,15	Ragout de ternera con arroz -
Alt. 1	Alt 5: sepia con patatas y guisantes Alt.15 Pescado guisado con patatas	Alt 2 y 7: pizza (adaptada s/gluten y s/ leche) bacon y tomate Alt.13: Pizza con mozzarella y tomate	Alt.15 Salchichas guisadas con patatas	Alt. 2,4,7: Pollo a la plancha con patatas fritas y champiñones al wok	0
Alt. 2	0	0	0	0	0
Alt. 3	Alt.7: Yogurt de soja sin lactosa	0	0	Alt.7: Yogurt de soja sin lactosa	0
	19.11.18	20.11.18	21.11.18	22.11.18	23.11.18
Menü 1	Lacón a la gallega -	Pasta boloñesa 2,4	Marmitako de atún 0 5	Pollo asado con arroz -	Cocido madrileño completo 1,2,4,11,15
Alt. 1	0	Alt 2,4: Pasta (adaptada s/gluten, s/huevo) con boloñesa	Alt 5: calamares guisados con patatas	0	Alt 2,4: fideos s/gluten, s/huevo Alt.15: Cocido completo sin garbanzos
Alt. 2	0	0	0	0	0
Alt. 3	Alt.7: Yogurt de soja sin lactosa	0	Alt.7: Yogurt de soja sin lactosa	0	Alt.7: Yogurt de soja sin lactosa
	26.11.18	27.11.18	28.11.18	29.11.18	30.11.18
Menü 1	Hamburguesa de ternera sin pan con gajos de patatas 0	Macarrones con atún y tomate 7,13,14,15	Bacalao con tomate y arroz 2,4,5	Bratwurst con salsa de curry y patatas 5	Lentejas con verduras y arroz 7,9,11,14
Alt. 1	Alt.7,13,14,15 Hamburguesa adaptada con patatas	Alt 2,4: macarrones (s/gluten, s/huevo) con atún y tomate	Alt.15:Crema de calabacín Alt. 2 y 4: Calamares (s/ gluten, s/huevo) con ensalada de tomate	Alt. 7: puré de patatas sin leche	Alt.15 Patatas guisadas con verduras y arroz
Alt. 2	0	Alt5: macarrones con tomate al gratén	Alt. 8: Pescado a la plancha con ensalada de tomate	0	Alt. 7,13: pasta con salsa de tomate y jamón
Alt. 3	Alt.7: Yogurt de soja sin lactosa	0	Fruta de temporada	0	0

CODIGO INFORMACION TIPO ALERGENO											
001	004	005	006	009	010	011	012	013	014	015	016
Apo	1	Huevo	8	Lactosa	7	Frutos de cáscara SE	10	Sop	11		
Cereales con gluten	2	Pescado	5	Moluscos	6	Cauliflores	11	Sulfuro	14		
Colorantes	3	Alérgenos G		Mielaza	9	Melaza	12				

En caso de presentar intolerancia con algún plato, consultar alternativas en el listado completo de menús para alérgicos e intolerantes. Nuestra cocina está adaptada a todo tipo de restricciones alimenticias.
Revisión nutricional a cargo de la Dra. Laura Isabel Arranz, nutricionista de Gama nutrición.