



Colegio Santa María del Bosque

Curso 2015-2016

ENERO/ JANUARY 2015

| MONDAY | TUESDAY | WEDNESDAY | THURSDAY | FRIDAY |
|--|---|--|---|---|
| | | | | Soup w/noodle Stew veal w/potatoes Yoghurt -8- |
| Creamed vegetables Chicken filet w/salad Fruit -11- | Yangzhou rice Marinade pork loin w/fried tomato Fruit -12- | Pinto beans w/vegetables Fish figurines w/fresh tomato Fruit -13- | Potatoes w/dogfish Ham and cheese omelette w/salad Fruit -14- | Spaghetti w/bacon Boiled turkey sausages w/lettuce Yoghurt -15- |
| Vegetable soup w/noodle Hake in green sauce Fruit -18- | Green beans w/ham Veal filet w/ fries Fruit -19- | Tossed salad Paella Valenciana Fruit -20- | Tuna Marmitako Boiled eggs w/fried tomatoes Fruit -21- | Cocido Custard -22- |
| Pumpkin cream Meatballs jardinière Fruit -25- | Simple lentil soup w/leek and carrot Battered sole w/salad Fruit -26- | Fideuá w/chicken and vegetables Ham croquettes w/fresh tomato Fruit 27- | Rice w/fried tomato Eggs and sausages Fruit -28- | Julienne soup w/star pasta Garlic chicken wings Yoghurt -29- |

Gluten intolerance students will have gluten free pasta.
Legume allergy students will have rice.

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|--|--|---|--|
| | | | | Sopa de ave c/fideos Ternera estofada c/patatas Yogur -8- |
| Crema de verduras Filetes de pollo c/ ensalada Fruta -11- | Arroz tres delicias Cinta de lomo c/tomate frito Fruta -12- | Judías pintas c/verduras Figuritas de pescado c/tomate natural Fruta -13- | Patatas c/ cazón Tortilla de jamón y queso c/ ensalada Fruta -14- | Espaguetis c/bacon Salchichas de pavo cocidas c/lechuga Yogur -15- |
| Sopa de picadillo c/fideos Merluza en salsa verde Fruta -18- | Judías verdes c/jamón Filetes de ternera c/patatas fritas Fruta -19- | Ensalada mixta Paella valenciana Fruta -20- | Marmitako de bonito Huevos cocidos c/tomate frito Fruta -21- | Cocido completo Natillas -22- |
| Crema de calabaza Albóndigas a la jardinera Fruta -25- | Lentejas c/ puerro y zanahoria Lenguado a la romana c/ensalada Fruta -26- | Fideua c/pollo y verduras Croquetas de jamón c/tomate natural Fruta 27- | Arroz c/tomate frito Huevos y salchichas Fruta -28- | Sopa juliana c/ estrellitas Alitas de pollo al ajillo Yogur -29- |

Intolerancia al gluten tomarán pasta sin gluten
Alérgicos a la legumbre tomarán arroz



Normas Generales sobre Alergias y Dietas

Cambios sobre los menús generales para las distintas alergias:

1.-TODOS LOS ALÉRGICOS

Cualquier comida empanada, rebozada o pasada por freidora, se cambiará por un sustitutivo a la plancha (carne o pescado).

Toda la pasta se sustituirá por otra libre de gluten, lactosa, huevo, pescado y derivados de legumbre.

Todas las sopas se sustituirán por fideos de maíz. Este fideo está libre de gluten, lactosa, huevo, pescado. Marca Schär I classici.

2.-ALÉRGICOS AL PESCADO, MARISCO

Sopa de pescado/marisco sustitutivo por sopa de pollo.

Pescado sustituido por pollo o jamón

Paella o patatas con pescado/marisco o caldo de pescado sustitutivo por arroz con carne o patatas con carne.

3.-ALERGICOS AL HUEVO/LACTEOS

La tortilla sustituida por filete (de cerdo, pollo), cinta de lomo a la plancha

4.-ALÉRGICO A LA LEGUMBRE

Cualquier legumbre o crema de legumbre se sustituirá por sopa de pollo, arroz o puré de verdura.

5.-DIETA BLANDA

Se adaptará según el menú del día por arroz blanco, sopa o puré de patata y zanahoria como primero y los segundos por jamón york, pollo o pescado a la plancha.

Recomendamos dar el aviso de dieta blanda antes de las 9:30 h. para informar a cocina.

La Doctora