

TODAS LAS ALERGIAS: SUSTITUCIÓN DE ALIMENTOS NO PERMITIDO POR OTRO TOLERABLE.  
 LECHE OPCIONAL EN TODAS LAS COMIDAS (NO SUSTITUYE A LA FRUTA).  
 VARIEDAD DE PAN; de viena, de masa madre, integral y sin gluten.  
 En los menús no se utiliza precocinado.  
 Cocinamos con aceite de oliva.  
 L.G. LEGUMBRES- arroz ó verduras L.C. LACTOSA-alimentos y postres sin lactosa  
 P. PESCADO- pollo, ternera, huevo ó cerdo  
 H. HUEVO- alimentos sin huevo CELIACOS- alimentos exentos de gluten.  
 Estos menús pueden contener los siguientes alérgenos: "gluten, crustáceos, huevo, pescado, moluscos, altramuces, cacahuets, apio, sésamo, sulfitos, leche, sésamo, frutos secos y soja".  
 Las fichas descriptivas de los platos elaborados se encuentran a su disposición en el centro .

**C.E.I.P. PASAMONTE / MENUS SEPTIEMBRE**  
**BIENVENIDOS AL NUEVO CURSO ESCOLAR**  
**2020/ 2021**



SEMANA DEL / WEEK FROM: 7 AL 11

**MARTES/ TUESDAY**  
**MACARRONES CON TOMATE Y CHORIZO**  
*MACARRONI WITH TOMATO AND CHORIZO*  
**MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES**  
*HAKE FILET COVERED WITH BUTTER AND GREEN SALAD*  
**FRUTA EN ALMIBAR, PAN**  
*FRUIT IN SYRUP, BREAD*

KCAL-799,P-39.9,HC-97.4,L-26.1,AGS-6.3,C-236,H-3.8,VIT.A-187

**MIÉRCOLES/ WEDNESDAY**  
**LENTEJAS ESTOFADAS**  
*STEWED LENTILS*  
**HUEVOS VILLARROY CON ENSALADA MIXTA**  
*VILLARROY EGGS WITH MIXED SALAD*  
**FRUTA Y LECHE, PAN**  
*FRUIT AND MILK, BREAD*

KCAL-697,P-34,HC-77.2,L-21.4,AGS-5.3,C-278,H-11,VIT.A-317

**JUEVES/ THURSDAY**  
**SOPA DE AVE CON FIDEOS**  
*POULTRY SOUP WITH NOODLES*  
**ALBONDIGAS A LA JARDINERA**  
*MEATBALLS GARDENER*  
**FRUTA, PAN**  
*FRUIT, BREAD*

KCAL-646,P-29.1,HC-60.4,L-30.6,AGS-9.6,C-52.9,H-4.1,VIT.A-26.7

**VIERNES/ FRIDAY**  
**PAELLA MIXTA**  
*MIXED PAELLA*  
**CINTA DE LOMO CON ENSALADA**  
*MARINATED PORK LOIN WITH SALAD*  
**GELATINA, PAN**  
*JELLY, BREAD*

KCAL-716,P-41,HC-102,L-14.9,AGS-5.1,C-237,H-4,VIT.A-132

\*KCAL=KILOCALORIAS (KILOCALORIES), P=PROTEINAS (PROTEINS), LP=LIPIDOS (LIPIDS), HC=HIDRATOS DE CARBONO (CARBOHYDRATES), C=CALCIO (CALCIUM), H=HIERRO (IRON), VIT-A=VITAMINA-A (VITAMIN-A), AGS=ACIDOS GRASOS SATURADOS (MONOUNSATURATED FATTY ACIDS).