

MENÚ ALERGIA FRUTOS SECOS – FEBRERO 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Día 27	Día 28	Día 29	Día 30	Día 31	Día 1	Día 2
Ensalada mixta Pasta a la boloñesa Plátano	Crema de verduras Pollo al horno con patatas panaderas Pera	Ensalada de zanahorias Cinta de lomo con guisantes Manzana	Potaje de alubias Tortilla a la francesa Yogur	Ensalada mixta Patatas guisadas con choco Plátano	---	---
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7	Día 8	Día 9
Espaguetis con tomate Pollo en salsa con ensalada mixta Yogur	Arroz con verduras Merluza en salsa verde y ensalada con queso y pavo Pera	Potaje de garbanzos Pollo al horno con champiñones salteados Manzana	Patatas guisadas con carne Merluza en salsa con pisto Yogur	Potaje de alubias Tortilla a la francesa con ensalada mixta Plátano	---	---
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14	Día 15	Día 16
Arroz con pollo Gallineta en salsa con patatas al horno Yogur	Potaje de alubias Tortilla de patatas con ensalada mixta Plátano	Pasta con tomate y queso Pollo al limón con pisto Naranja	Salteado de verduras Pescado en salsa con patatas panaderas Yogur	Potaje de lentejas Cinta de lomo con guisantes salteados Pera	---	---
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21	Día 22	Día 23
Macarrones a la boloñesa Tortilla de patatas con salteado de zanahorias Yogur	Patatas guisadas con pollo Merluza en salsa con guisantes salteados Yogur	Potaje de alubias Tortilla de patatas con ensalada de tomate Naranja	Arroz con tomate Salmón rosado con guisantes Yogur	Potaje de garbanzos Pollo al horno con patatas panaderas Manzana	---	---
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28	Día 1	Día 2
Potaje de lentejas Pollo en salsa con ensalada mixta Yogur	Guiso de patatas con pavo Merluza al horno con judías verdes Pera	Pasta con tomate y queso Cinta de lomo con guisantes salteados Manzana	Crema de verduras Pescado en salsa con ensalada Yogur	Arroz con tomate y queso Tortilla a la francesa con ensalada mixta Plátano	---	---

NOTA: Los menús irán acompañados todos los días de pan blanco o integral (al menos 1/día) y agua.

(i) El siguiente menú puede contener los siguientes alérgenos: **gluten, huevos, pescado, cacahuets, soja, lácteos, frutos de cáscara, apio, mostaza, granos de sésamo, dióxido de azufre y sulfitos y altramuces.** En el caso de que un/a usuario/a sea alérgico/a a alguna de estas sustancias, deberá comunicarlo al Catering Nuevos Horizontes.

Información Técnica Nutricional: Pablo A. López Cáceres – 693 066 889 – pablo@ndsalud.es

ASOCIACIÓN NUEVOS HORIZONTES

Ctra. Cuesta de la Cinta, 3 | 21002 – Huelva | Telf. Cocina: 629 513 667 | Telf. Administración: 629 147 617