

MENÚ S/LACTOSA – 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 (sin lácteos) Plátano	Crema de verduras (sin lácteos) Pollo al horno con patatas panaderas Pera	Ensalada de zanahorias Cinta de lomo con guisantes Manzana	Potaje de alubias Tortilla a la francesa Pera	Ensalada mixta Patatas guisadas con choco Plátano	---	---
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7	Día 8	Día 9
Espaguetis con tomate y salchichas Cinta de lomo con ensalada mixta Naranja	Arroz con verduras Pescado en salsa y ensalada mixta Pera	Potaje de garbanzos Pollo al horno con champiñones salteados Manzana	Patatas guisadas con carne Merluza a la plancha con pisto Pera	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 tomate aliñado Manzana	Puchero Tortilla de patatas con ensalada mixta Plátano	Pasta a la boloñesa Pollo al limón con pisto Naranja	Salteado de verduras Pescado en salsa con patatas panaderas Plátano	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 Plátano	Patatas guisadas con pollo Merluza en salsa con guisantes salteados Pera	Potaje de alubias Tortilla a la francesa con ensalada de tomate Naranja	Arroz con tomate Salmón rosado con guisantes Pera	Caldo con fideos 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 Naranja	Patatas guisadas con pavo Merluza plancha con judías verdes Pera	Pasta a la boloñesa Cinta de lomo con guisantes salteados Manzana	Crema de verduras Pescado en salsa con ensalada Naranja	Arroz tres delicias 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, crustáceos, huevos, pescado, cacahuets, soja, frutos de cáscara, apio, mostaza, granos de sésamo, dióxido de azufre y sulfitos, moluscos 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@ndsahud.es

**La composición nutricional está calculada para las raciones recomendadas de un adulto. A los niños/as menores de 3 años les corresponden el 30% de los valores especificados.*

ASOCIACIÓN NUEVOS HORIZONTES

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