

*Los menús están sujetos a posibles cambios debidos a las variaciones de las materias primas en mercado.

*Postre lácteo: natilla, yogur, flan, helado o arroz con leche

*Fruta de temporada: naranja, manzana, pera, fresas, sandía, melón...

*Hay una relación de alérgenos a disposición de los usuarios

JUEVES		01		VIERNES		02	
Marmitako Escalope de ternera con ensalada Fruta de temporada		Potatoes w/tuna Veal filet with salad Fruit		Sopa de cocido Cocido completo con verduras Postre lácteo		Noodle soup Chickpeas with vegetables Dairy product	
Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)
675,56	44,35	31,57	59,38	620,83	21,02	35,23	73,19
Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, apio, sésamo, mostaza, frutos secos, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, soja, apio, sésamo, mostaza			

LUNES				05				MARTES				06				MIÉRCOLES				07				JUEVES				08				VIERNES				09			
Lentejas viudas Huevos fritos con patatas Fruta de temporada				Lentils Fried eggs with french potatoes Fruit				DÍA FESTIVO				Macarrones carbonara Magro guisado con verduras Postre lácteo				Carbonara pasta Pork in sauce with vegetables Dairy product				DÍA FESTIVO				DÍA NO LECTIVO															
Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)					Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)									Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)								
661,40	22,77	28,78	84,26	557,74	21,28	21,22	61,18					Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, soja, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: - -																							
Alérgenos: gluten, huevo, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: - -				Alérgenos: - -				Alérgenos: - -				Alérgenos: - -				Alérgenos: - -																			
LUNES				12				MARTES				13				MIÉRCOLES				14				JUEVES				15				VIERNES				16			
Arroz tres delicias Rabas de calamar con ensalada Fruta de temporada				Fried rice Calamari with salad Fruit				Judías verdes rehogadas Cinta de lomo a la plancha c/patatas fritas Fruta de temporada				Green beans Tenderloin of pork with french fries Fruit				Sopa de cocido Cocido completo con verduras Postre lácteo				Noodle soup Chickpeas with vegetables Dairy product				Coditos boloñesa Escalope de pollo con ensalada Fruta de temporada				Bolognese pasta Breaded chicken with salad Fruit				Judías pintas con arroz Bacalao con tomate y guisantes Postre lácteo				Pinto beans w/rice Cod in tomato sauce with peas Dairy product			
Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)								
664,31	39,29	29,83	46,65	748,46	48,94	25,81	51,24	620,83	21,02	35,23	73,19	668,28	29,22	23,05	79,07	626,41	24,89	70,73	27,14	Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, molusco, crustáceo, soja, sulfitos				Alérgenos: apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, soja, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, apio, sésamo, mostaza, frutos secos, sulfitos				Alérgenos: lactosa, pescado, soja, apio, sésamo, mostaza			
Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, soja, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, apio, sésamo, mostaza, frutos secos, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, molusco, crustáceo, soja, apio, sésamo, mostaza, frutos secos, sulfitos				Alérgenos: - -				Alérgenos: - -															
LUNES				19				MARTES				20				MIÉRCOLES				21				JUEVES				22											
Tallarines con atún Hamburguesa a la plancha c/ensalada Fruta de temporada				Pasta with tuna Hamburger with salad Fruit				Judías blancas estofadas Limanda empanada con ensalada Fruta de temporada				White beans Breaded dab with salad Fruit				Sopa de ave c/fideos Ternera carbonada con tomate aliñado Postre lácteo				Chicken soup Veal in apple sauce with tomato salad Dairy product				COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD															
Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)					Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lípidos (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)				
775,65	44,59	33,37	59,40	567,78	24,51	36,04	50,42	583,19	21,45	28,03	68,65	Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, apio, sésamo, frutos secos, mostaza, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, molusco, crustáceo, soja, apio, sésamo, mostaza, frutos secos, sulfitos																			
Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, apio, sésamo, frutos secos, mostaza, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, molusco, crustáceo, soja, apio, sésamo, mostaza, frutos secos, sulfitos				Alérgenos: - -																			

Por parte del cliente
D/ª na.

Fecha y firma:

Por parte de la Dietista/Nutricionista
D/ª na. Gloria W^a Espino de Leon (n^a asociada 3075)

Fecha y firma: 08-11-2016

Por parte de la empresa
D/ª na. Jose Ignacio Canseco Romero

Fecha y firma: 08-11-2016



*Los menús están sujetos a posibles cambios debidos a las variaciones de las materias primas en mercado.

•Postre lácteo: natilla, yogur, flan, helado o arroz con leche

•Fruta de temporada: naranja, manzana, pera, fresas, sandía, melón...

•Hay una relación de alérgenos a disposición de los usuarios


JUEVES		01		VIERNES		02	
Marmitako Filete de ternera con ensalada Fruta de temporada	Potatoes w/tuna Veal filet with salad Fruit	Sopa de cocido Cocido completo con verduras Postre lácteo	Noodle soup Chickpeas with vegetables Dairy product	Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)
675,56	44,35	31,57	59,38	620,83	21,02	35,23	73,19
Alérgenos: gluten, huevo, pescado, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, soja, apio, sésamo, mostaza			

LUNES				05				MARTES				06				MIÉRCOLES				07				JUEVES				08				VIERNES				09			
Lentejas viudas Huevos fritos con patatas Fruta de temporada		Lentils Fried eggs with french potatoes Fruit		DÍA FESTIVO				Macarrones carbonara Magro guisado con verduras Postre lácteo		Carbonara pasta Pork in sauce with vegetables Dairy product		DÍA FESTIVO				DÍA NO LECTIVO																							
Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)					Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)																												
661,40	22,77	28,78	84,26					557,74	21,28	21,22	61,18																												
Alérgenos: gluten, huevo, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: - -				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, soja, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: - -				Alérgenos: - -																							
LUNES				12				MARTES				13				MIÉRCOLES				14				JUEVES				15				VIERNES				16			
Arroz tres delicias Rabas de calamar con ensalada Fruta de temporada		Fried rice Calamari with salad Fruit		Judías verdes rehogadas Cinta de lomo a la plancha c/patatas fritas Fruta de temporada		Green beans Tenderloin of pork with french fries Fruit		Sopa de cocido Cocido completo con verduras Postre lácteo		Noodle soup Chickpeas with vegetables Dairy product		Coditos boloñesa Filete de pollo con ensalada Fruta de temporada		Bolognese pasta Chicken filet with salad Fruit		Judías pintas con arroz Bacalao con tomate y guisantes Postre lácteo		Pinto beans w/rice Cod in tomato sauce with peas Dairy product																					
Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)												
664,31	39,29	29,83	46,65	748,46	48,94	25,81	51,24	620,83	21,02	35,23	73,19	668,28	29,22	23,05	79,07	626,41	24,89	70,73	27,14																				
Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, molusco, crustáceo, soja, sulfitos				Alérgenos: apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, soja, apio, sésamo, mostaza				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, apio, sésamo, mostaza, frutos secos, sulfitos				Alérgenos: lactosa, pescado, soja, apio, sésamo, mostaza																							
LUNES				19				MARTES				20				MIÉRCOLES				21				JUEVES				22											
Tallarines con atún Hamburguesa a la plancha c/ensalada Fruta de temporada		Pasta with tuna Hamburger with salad Fruit		Judías blancas estofadas Limanda a la plancha con ensalada Fruta de temporada		White beans Grilled dab with salad Fruit		Sopa de ave c/fideos Ternera carbonada con tomate aliñado Postre lácteo		Chicken soup Veal in apple sauce with tomato salad Dairy product		COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD																											
Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)	Kcal.	Lipídios (g)	Proteína (g)	Glúcidos (g)																												
775,65	44,59	33,37	59,40	567,78	24,51	36,04	50,42	583,19	21,45	28,03	68,65																												
Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, apio, sésamo, mostaza, sulfitos				Alérgenos: gluten, lactosa, huevo, pescado, molusco, crustáceo, soja, apio, sésamo, mostaza, frutos secos, sulfitos																											

Por parte del cliente
D/ª na.

Fecha y firma:

Por parte de la Dietista/Nutricionista
D/ª na. Gloria W^o Espino de Leon (n^o asociada 3075)



Fecha y firma: 08-11-2016

Por parte de la empresa
D/ª na. Jose Ignacio Canseco Romero



Fecha y firma: 08-11-2016

COLEGIO B.V.M IRLANDESAS CULLERA

Sugerencias de cena - Diciembre 2016



Ref: PG.030.02.01

Fecha revisado: 08-11-2016

- Los menús están sujetos a posibles cambios debidos a las variaciones de las materias primas en mercado.
- **Postre lácteo:** natilla, yogur, flan, helado o arroz con leche
- **Fruta de temporada:** naranja, manzana, pera, fresas, sandía, melón...
- **Hay una relación de alérgenos a disposición de los usuarios**

LUNES	05	MARTES	06	MIÉRCOLES	07	JUEVES	08	VIERNES	09
	Brocheta de pollo con tomates cherry y pimientos Postre	DÍA FESTIVO		Menestra de verdura con atún Postre		DÍA FESTIVO		Crema de verduras Tortilla francesa Postre	
	Sopa de pescado Filete de pavo con champis Postre	Ensalada de pasta Postre		Crema de puerros Tortilla con jamón Postre		Coliflor rehogada Filete de merluza al ajillo con patatas Postre		Pizza casera vegetal Postre	
	Porrusalda Filete de panga al horno con verduritas Postre	Ensalada de arroz con pollo Postre		Boquerones fritos con pimientos Postre		COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD			

Por parte del cliente
D/ Dña.

Fecha y firma:

Por parte de la Dietista/Nutricionista
D/ Dña. Gloria W. Espino de León (nº asociada 3075)

Fecha y firma:

08-11-2016

Por parte de la empresa
D/ Dña. Jose Ignacio Canseco Romero

Fecha y firma:

08-11-2016

Legislación aplicable: Reglamento (CE) nº 852/2004 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 29 de abril de 2004 relativo a la higiene de los productos alimenticios. Reglamento (CE) nº 853/2004 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 29 de abril de 2004 por el que se establecen normas específicas de higiene de los alimentos de origen animal. Reglamento (CE) nº 178/2002 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 28 de enero de 2002 por el que se establecen los principios y los requisitos generales de la legislación alimentaria, se crea la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria y se fijan procedimientos relativos a la seguridad alimentaria. Real Decreto 3484/2000 de 29 de diciembre, por el que se establecen las normas de higiene para la elaboración, distribución y comercio de comidas preparadas modificado por el RD 135/2010 Real Decreto de 12 de febrero, por el que se derogan las disposiciones relativas a los criterios microbiológicos. R.D.109/2010 de 5 de febrero, por el que se modifican diversos reales decretos en materia sanitaria. También se tienen en cuenta los requisitos nutricionales de la OMS, del Observatorio NAOS y de la FEN.