































	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuetes	Soja	Lácteos	Frutos secos	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuz	Moluscos	Legumbres
MENÚ 9 Nivel 3, 4 y 5															
Lunes 4															
Arroz integral con verduras (Cocido)															Judía
Cinta de cerdo a la plancha															
Ensalada mixta de tomate, lechuga y aceitunas negras (En crudo)															
Martes 5															
Coliflor con jamón (Al vapor, rehogada)															
Crema de coliflor (Cocido)												X			
Tortilla francesa (Horneado)			X												
Ensalada mixta con queso (En crudo)							X					X			
Miércoles 6															
Ensalada campera infantil (Ingredientes en crudo, patata cocida)			X	X								X			
Merluza a la gaditana (Frito)	X	T		X										T	
Ensalada de lechuga (En crudo)												X			
Jueves 7															
Potaje de garbanzos (Guiso)												X			Garbanzo
Ragout de pollo al ajillo (Horneado)															
Patatas a lo provenzal (Horneado)												X			
Viernes 8															
Crema de calabaza (Cocido)												X			
Palometa con salsa de tomate (Horneado)				X										T	
Cous cous con verduras (Cocido, al vapor)	X					T				T					
Pan y postres															
Pan de trigo	X					T									
Pan de trigo integral	X					T									
Fruta															
Yogur natural con fruta							X								
















Puedes consultar en cocina los ingredientes y los alérgenos de todos los productos utilizados para la elaboración de nuestros platos

Departamento de Restauración - Gredos San Diego

	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuets	Soja	Lácteos	Frutos secos	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuz	Moluscos	Legumbres
MENÚ 9 Nivel 3, 4 y 5															
Lunes 11															
Lentejas de cultivo ecológico a la jardinera (Estofado)	T											X			Lenteja
Huevos reueltos con atún (Rehogado)			X	X											
Ensalada de tomate (En crudo)															
Martes 12															
Crema de coliflor (Cocido)												X			
Salteado de garbanzos con arroz (Cocido, rehogado)												X			Garbanzo
Miércoles 13															
Macarrones integrales a la carbonara (Cocido y rehogado)	X		T			T	X			T					
Rape a la romana (Frito)	X	T	X	X											T
Ensalada de lechuga con zanahoria rallada (En crudo)												X			
Jueves 14															
Alubias pintas con chorizo (Estofado)												X			Alubia
Ragout de pollo al chilindrón (Horneado)															
Ensalada de lechuga (En crudo)												X			
Viernes 15															
Ensalada campera infantil (Ingredientes en crudo, patata cocida)			X	X								X			
Ragout de tenera (Guiso)															
Cous cous (Cocido)	X					T				T					
Pan y postres															
Pan de trigo	X					T									
Pan de trigo integral	X					T									
Fruta															
Yogur natural con fruta							X								
















Puedes consultar en cocina los ingredientes y los alérgenos de todos los productos utilizados para la elaboración de nuestros platos

Departamento de Restauración - Gredos San Diego

	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuets	Soja	Lácteos	Frutos secos	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuz	Moluscos	Legumbres
MENÚ 9 Nivel 3, 4 y 5															
Lunes 18															
Ensalada de pasta (Ingredientes en crudo, pasta cocida)	X		X			T	X			T					
Merluza a la marinera (Horneado)	X	X		X		T				T		X		T	
Ensalada de lechuga (En crudo)												X			
Martes 19															
Puré de judías verdes (Cocido)												X			Judía
Tortilla de patata casera (Horneado)			X												
Ensalada de tomate y maíz (En crudo, maíz cocido)															
Miércoles 20															
Crema de zanahorias (Cocido)												X			
Filete de pollo a la plancha															
Ensalada mixta de tomate, lechuga y aceitunas negras (En crudo)												X			
Jueves 21															
Potaje de garbanzos (Guiso)												X			Carbanzo
Albóndigas (Guiso)						T									Guisante
Patatas horneadas												X			
Viernes 22															
Macarrones integrales a la boloñesa (Cocido, rehogado)	X		T			T				T		X			
Hamburguesa de brócoli (Cocido y plancha)	X		X				X					X			
Pan y postres															
Pan de trigo	X					T									
Pan de trigo integral	X					T									
Fruta															
Yogur natural con fruta							X								

Puedes consultar en cocina los ingredientes y los alérgenos de todos los productos utilizados para la elaboración de nuestros platos

Departamento de Restauración - Gredos San Diego

	Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuets	Soja	Lácteos	Frutos secos	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuz	Moluscos	Legumbres
MENÚ 9 Nivel 3, 4 y 5															
Lunes 25															
Sopa de aue con estrellitas (Cocido)	X		X			T				T					
Merluza al horno		T		X								X		T	
Patatas a la campesina (Horneado)												X			
Martes 26															
Potaje de espinacas (Guiso)			X									X			Garbanzo
Cinta de sajonia a la plancha															
Ensalada de tomate (En crudo)															
Miércoles 27															
Macarrones integrales a la napolitana (Cocido y rehogado)	X		T			T				T					
Tortilla francesa (Horneado)			X												
Ensalada de lechuga y maíz (En crudo)												X			
Jueves 28															
Crema de calabacín (Cocido)												X			
Ensalada de judías blancas con atún (En crudo, cocido)				X											Judía
Viernes 29															
Paella infantil (Cocido, rehogado)															
Merluza en salsa verde (Horneado)	X	T		X		T								T	
Ensalada de lechuga (En crudo)												X			
Pan y postres															
Pan de trigo	X					T									
Pan de trigo integral	X					T									
Fruta															
Yogur natural con fruta							X								

Puedes consultar en cocina los ingredientes y los alérgenos de todos los productos utilizados para la elaboración de nuestros platos

Departamento de Restauración - Gredos San Diego