

JULIO 2018



Alergia al Gluten

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
1º Arroz tres delicias 2º Salchichas de pavo al horno con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa ave con picadillo (sin gluten) 2º Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Crema de verduras 2º Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Judías verdes rehogadas 2º Albóndigas de ternera a la jardinera P Fruta fresca	1º Macarrones (sin gluten) napolitana 2º Calamar a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria P Helado (sin gluten)
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
1º Lentejas hortelanas 2º Revuelto de huevo con champiñón P Fruta fresca	1º Coditos (sin gluten) con salsa de tomate 2º Hamburguesa de pollo con patatas fritas P Fruta fresca	1º Paella valenciana 2º Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Crema de puerros 2º Filetes rusos con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa de ave con estrellitas (sin gluten) 2º Merluza en salsa menier con ensalada de lechuga y zanahoria P Yogurt
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
1º Arroz milanesa 2º Tortilla francesa con loncha de jamón York P Fruta fresca	1º Crema de calabacín 2º Merluza en salsa verde P Fruta fresca	1º Ensalada de pasta (sin gluten) 2º Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Sopa de ave con fideos (sin gluten) 2º Hamburguesa de ternera con patatas fritas P Fruta fresca	1º Garbanzos rehogados 2º Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate P Helado (sin gluten)
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
1º Sopa de ave con letras (sin gluten) 2º Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado P Fruta fresca	1º Ensalada campera 2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca	1º Lentejas estofadas 2º Lacón al horno con patatas al vapor P Fruta fresca	1º Arroz blanco con salsa de tomate 2º Filete de pollo con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Puré de puerro y patata 2º Cinta de lomo con ensalada P Yogurt
LUNES 30	MARTES 31			
1º Macarrones (sin gluten) Italiana 2º Salchichas de pavo al horno con patatas P Fruta fresca	1º Sopa de ave con picadillo (sin gluten) 2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca			

NOTA: Todos los platos de este menú son aptos para celíacos ya que son elaborados con **productos sin gluten**.

El menú irá acompañado de **agua** y **pan sin gluten**.

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...), un cereal sin gluten (pan, cereales...) y una pieza de fruta.

Sugerencias de merienda: incluir un lácteo y/o fruta y un cereal sin gluten. También se podrá añadir embutidos magros ocasionalmente.

Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de SECOE: M. Lozano (Dietista-Nutricionista) y C. Haberkon (Diplomada en Dietética y Nutrición con licenciatura en Tecnología de los Alimentos).

Playa de Benicassim, 9 - Urb. Valdecabañas - Boadilla del Monte - 28660 Madrid
T. 91 632 45 74 - F. 91 032 13 55 www.secoe.es R.S. 26.00012504/M

JULIO 2018



Alergia al Huevo

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
1º Arroz tres delicias 2º Salchichas de pavo al horno con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa ave 2º Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Crema de verduras 2º Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Judías verdes rehogadas 2º Albóndigas de ternera a la jardinera P Fruta fresca	1º Macarrones napolitana 2º Calamar a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria P Helado
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
1º Lentejas hortelanas 2º Salteado de patatas y champiñones P Fruta fresca	1º Coditos a la crema 2º Hamburguesa de pollo con patatas fritas P Fruta fresca	1º Paella valenciana 2º Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Crema de puerros 2º Filetes rusos con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa de ave con estrellitas 2º Merluza en salsa menier con ensalada de lechuga y zanahoria P Yogurt
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
1º Arroz milanesa 2º Cinta de lomo con loncha de jamón York P Fruta fresca	1º Crema de calabacín 2º Merluza en salsa verde P Fruta fresca	1º Ensalada de pasta 2º Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Sopa de ave con fideos 2º Hamburguesa de ternera con patatas fritas P Fruta fresca	1º Garbanzos rehogados 2º Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate P Helado
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
1º Sopa de ave con letras 2º Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado P Fruta fresca	1º Ensalada campera 2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca	1º Lentejas estofadas 2º Lacón al horno con patatas al vapor P Fruta fresca	1º Arroz blanco con salsa de tomate 2º Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Puré de puerro y patata 2º Pizza cuatro quesos P Yogurt
LUNES 30	MARTES 31			
1º Macarrones Italiana 2º Salchichas de pavo al horno con patatas P Fruta fresca	1º Sopa de ave con picadillo 2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca			

El menú irá acompañado de **agua y pan**.

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...), un cereal preferentemente integral (pan, cereales...) y una pieza de fruta.

Sugerencias de merienda: incluir un lácteo y/o fruta y un cereal. También se podrá añadir embutidos magros ocasionalmente.

Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de SECOE: M. Lozano (Dietista-Nutricionista) y C. Haberkon (Diplomada en Dietética y Nutrición con licenciatura en Tecnología de los alimentos).

Playa de Benicassim, 9 - Urb. Valdecabañas - Boadilla del Monte - 28660 Madrid
T. 91 632 45 74 - F. 91 032 13 55 www.secoe.es R.S. 26.00012504/M

JULIO 2018



Alergia a Legumbres

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
1º Arroz tres delicias 2º Salchichas de pavo al horno con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa ave con picadillo 2º Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Crema de verduras 2º Merluza rebozada con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Brócoli rehogado 2º Albóndigas de ternera a la jardinera P Fruta fresca	1º Macarrones napolitana 2º Calamar a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria P Helado
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
1º Menestra de verduras 2º Revuelto de huevo con champiñón P Fruta fresca	1º Coditos a la crema 2º Hamburguesa de pollo con patatas fritas P Fruta fresca	1º Arroz con pollo 2º Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Crema de puerros 2º Filetes rusos con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa de ave con estrellitas 2º Merluza en salsa menier con ensalada de lechuga y zanahoria P Yogurt
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
1º Arroz milanesa 2º Tortilla francesa con loncha de jamón York P Fruta fresca	1º Crema de calabacín 2º Merluza en salsa verde (sin guisantes) P Fruta fresca	1º Ensalada de pasta 2º Escalope de pollo con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Sopa de ave con fideos 2º Hamburguesa de ternera con patatas fritas P Fruta fresca	1º Coliflor rehogada 2º Varitas de merluza con ensalada de lechuga y tomate P Helado
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
1º Sopa de ave con letras 2º Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado P Fruta fresca	1º Ensalada campera 2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca	1º Crema de zanahoria 2º Lacón al horno con patatas al vapor P Fruta fresca	1º Arroz blanco con salsa de tomate 2º Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Puré de puerro y patata 2º Pizza cuatro quesos P Yogurt
LUNES 30	MARTES 31			
1º Macarrones Italiana 2º Salchichas de pavo al horno con patatas P Fruta fresca	1º Sopa de ave con picadillo 2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca			

El menú irá acompañado de **agua** y **pan**.

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...), un cereal (pan, cereales...) y una pieza de fruta.

Sugerencias de merienda: incluir un lácteo y/o fruta y un cereal. También se podrá añadir embutidos magros ocasionalmente.

Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de SECOE: M. Lozano (Dietista-Nutricionista) y C. Haberkon (Diplomada en Dietética y Nutrición con licenciatura en Tecnología de los alimentos).

Playa de Benicassim, 9 - Urb. Valdecabañas - Boadilla del Monte - 28660 Madrid
T. 91 632 45 74 - F. 91 032 13 55 www.secoe.es R.S. 26.00012504/M

JULIO 2018



Alergia a Pescado y Marisco

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
1º Arroz tres delicias 2º Salchichas de pavo al horno con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa ave con picadillo 2º Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Crema de verduras 2º Filete de pollo rebozado con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Judías verdes rehogadas 2º Albóndigas de ternera a la jardinera P Fruta fresca	1º Macarrones napolitana 2º Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y zanahoria P Helado
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
1º Lentejas hortelanas 2º Revuelto de huevo con champiñón P Fruta fresca	1º Coditos a la crema 2º Hamburguesa de pollo con patatas fritas P Fruta fresca	1º Arroz con verduras 2º Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Crema de puerros 2º Filetes rusos con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa de ave con estrellitas 2º Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria P Yogurt
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
1º Arroz milanesa 2º Tortilla francesa con loncha de jamón York P Fruta fresca	1º Crema de calabacín 2º Cinta de lomo con ensalada de lechuga P Fruta fresca	1º Ensalada de pasta 2º Escalope de pollo con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Sopa de ave con fideos 2º Hamburguesa de ternera con patatas fritas P Fruta fresca	1º Garbanzos rehogados 2º Lacón con ensalada de lechuga y tomate P Helado
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
1º Sopa de ave con letras 2º Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado P Fruta fresca	1º Ensalada campera 2º Pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca	1º Lentejas estofadas 2º Lacón al horno con patatas al vapor P Fruta fresca	1º Arroz blanco con salsa de tomate 2º Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Puré de puerro y patata 2º Pizza cuatro quesos P Yogurt
LUNES 30	MARTES 31			
1º Macarrones Italiana 2º Salchichas de pavo al horno con patatas P Fruta fresca	1º Sopa de ave con picadillo 2º Cinta de lomo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca			

El menú irá acompañado de **agua y pan**.

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...), un cereal preferentemente integral (pan, cereales...) y una pieza de fruta.

Sugerencias de merienda: incluir un lácteo y/o fruta y un cereal. También se podrá añadir embutidos magros ocasionalmente.

Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de SECOE: M. Lozano (Dietista-Nutricionista) y C. Haberkon (Diplomada en Dietética y Nutrición con licenciatura en Tecnología de los alimentos).

Playa de Benicassim, 9 - Urb. Valdecabañas - Boadilla del Monte - 28660 Madrid
T. 91 632 45 74 - F. 91 032 13 55 www.secoe.es R.S. 26.00012504/M

JULIO 2018



Alergia a Proteína de Vaca

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
1º Arroz tres delicias 2º Salchichas de pavo al horno con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa ave con picadillo 2º Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Crema de verduras 2º Merluza rebozada con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Judías verdes rehogadas 2º Albóndigas de pollo a la jardinera P Fruta fresca	1º Macarrones napolitana 2º Calamar a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria P Helado de soja
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
1º Lentejas hortelanas 2º Revuelto de huevo con champiñón P Fruta fresca	1º Coditos con salsa de tomate 2º Hamburguesa de pollo con patatas fritas P Fruta fresca	1º Paella valenciana 2º Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Crema de puerros 2º Filete de pollo con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa de ave con estrellitas 2º Merluza en salsa menier con ensalada de lechuga y zanahoria P Yogurt de soja
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
1º Arroz milanesa 2º Tortilla francesa con loncha de jamón York P Fruta fresca	1º Crema de calabacín 2º Merluza en salsa verde P Fruta fresca	1º Ensalada de pasta 2º Escalope de pollo con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Sopa de ave con fideos 2º Hamburguesa de pollo con patatas fritas P Fruta fresca	1º Garbanzos rehogados 2º Varitas de merluza con ensalada de lechuga y tomate P Helado de soja
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
1º Sopa de ave con letras 2º Albóndigas de pollo en salsa con patatas dado P Fruta fresca	1º Ensalada campera 2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca	1º Lentejas estofadas 2º Lacón al horno con patatas al vapor P Fruta fresca	1º Arroz blanco con salsa de tomate 2º Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Puré de puerro y patata 2º Cinta de lomo con ensalada P Yogurt de soja
LUNES 30	MARTES 31			
1º Macarrones Italiana 2º Salchichas de pavo al horno con patatas P Fruta fresca	1º Sopa de ave con picadillo 2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca			

NOTA: En los casos en los que haya **Intolerancia la Lactosa** y no haya alergia a la ternera, únicamente se retirarán los lácteos del menú (manteniendo la ternera)

El menú irá acompañado de **agua** y **pan**.

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un producto de SOJA (leche, yogurt) un cereal preferentemente integral (pan, cereales...) y una pieza de fruta.

Sugerencias de merienda: incluir un producto de SOJA y/o fruta y un cereal. También se podrá añadir embutidos magros ocasionalmente.

Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de SECOE: M. Lozano (Dietista-Nutricionista) y C. Haberkon (Diplomada en Dietética y Nutrición con licenciatura en Tecnología de los alimentos).

Playa de Benicassim, 9 - Urb. Valdecabañas - Boadilla del Monte - 28660 Madrid
T. 91 632 45 74 - F. 91 032 13 55 www.secoe.es R.S. 26.00012504/M

JULIO 2018



Menú Colesterolemia

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
1º Arroz con verduras 2º Salchichas de pavo al horno con ensalada de lechuga P Fruta fresca	1º Sopa ave con picadillo 2º Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Crema de verduras 2º Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Judías verdes rehogadas 2º Albóndigas de ternera a la jardinera P Fruta fresca	1º Macarrones napolitana 2º Calamar a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria P Helado
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
1º Lentejas hortelanas 2º Revuelto de huevo con champiñón P Fruta fresca	1º Coditos con salsa de tomate 2º Hamburguesa de pollo con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Paella valenciana 2º Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Crema de puerros 2º Filetes rusos con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa de ave con estrellitas 2º Merluza en salsa menier con ensalada de lechuga y zanahoria P Yogurt
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
1º Arroz milanesa 2º Tortilla francesa con ensalada de lechuga P Fruta fresca	1º Crema de calabacín 2º Merluza en salsa verde P Fruta fresca	1º Ensalada de pasta 2º Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Sopa de ave con fideos 2º Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga P Fruta fresca	1º Garbanzos rehogados 2º Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate P Yogurt
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
1º Sopa de ave con letras 2º Albóndigas de ternera en salsa con ensalada de lechuga P Fruta fresca	1º Ensalada campera 2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca	1º Lentejas estofadas 2º Lacón al horno con patatas al vapor P Fruta fresca	1º Arroz blanco con salsa de tomate 2º Filete de pollo con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Puré de puerro y patata 2º Pizza cuatro quesos P Yogurt
LUNES 30	MARTES 31			
1º Macarrones Italiana 2º Salchichas de pavo al horno con ensalada de lechuga P Fruta fresca	1º Sopa de ave con picadillo 2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca			

El menú irá acompañado de **agua** y **pan**.

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...), un cereal preferentemente integral (pan, cereales...) y una pieza de fruta.

Sugerencias de merienda: incluir un lácteo y/o fruta y un cereal. También se podrá añadir embutidos magros ocasionalmente.

Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de SECOE: M. Lozano (Dietista-Nutricionista) y C. Haberkon (Diplomada en Dietética y Nutrición con licenciatura en Tecnología de los alimentos).

Playa de Benicassim, 9 - Urb. Valdecabañas - Boadilla del Monte - 28660 Madrid
T. 91 632 45 74 - F. 91 032 13 55 www.secoe.es R.S. 26.00012504/M

JULIO 2018



Menú Sin Cerdo

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
1º Arroz tres delicias 2º Salchichas de pavo al horno con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa ave con picadillo 2º Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Crema de verduras 2º Merluza rebozada con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Judías verdes rehogadas 2º Albóndigas de ternera a la jardinera P Fruta fresca	1º Macarrones napolitana 2º Calamar a la romana con ensalada de lechuga y zanahoria P Helado
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
1º Lentejas hortelanas 2º Revuelto de huevo con champiñón P Fruta fresca	1º Códigos a la crema 2º Hamburguesa de pollo con patatas fritas P Fruta fresca	1º Paella valenciana 2º Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Crema de puerros 2º Filete de pollo a la plancha con salsa de tomate P Fruta fresca	1º Sopa de ave con estrellitas 2º Merluza en salsa menier con ensalada de lechuga y zanahoria P Yogurt
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
1º Arroz milanés 2º Tortilla francesa con loncha de queso P Fruta fresca	1º Crema de calabacín 2º Merluza en salsa verde P Fruta fresca	1º Ensalada de pasta 2º Escalope de pollo con ensalada de lechuga y maíz P Fruta fresca	1º Sopa de ave con fideos 2º Hamburguesa de ternera con patatas fritas P Fruta fresca	1º Garbanzos rehogados 2º Varitas de merluza con ensalada de lechuga y tomate P Helado
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
1º Sopa de ave con letras 2º Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado P Fruta fresca	1º Ensalada campera 2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca	1º Lentejas estofadas 2º Pollo al horno con patatas al vapor P Fruta fresca	1º Arroz blanco con salsa de tomate 2º Calamares a la romana con ensalada de lechuga y tomate P Fruta fresca	1º Puré de puerro y patata 2º Pizza cuatro quesos P Yogurt
LUNES 30	MARTES 31			
1º Macarrones italiana 2º Salchichas de pavo al horno con patatas P Fruta fresca	1º Sopa de ave con picadillo 2º Merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria P Fruta fresca			

El menú irá acompañado de **agua y pan**.

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...), un cereal preferentemente integral (pan, cereales...) y una pieza de fruta.

Sugerencias de merienda: incluir un lácteo y/o fruta y un cereal.

Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de SECOE: M. Lozano (Dietista-Nutricionista) y C. Haberkeron (Diplomada en Dietética y Nutrición con licenciatura en Tecnología de los alimentos).

Playa de Benicassim, 9 - Urb. Valdecabañas - Boadilla del Monte - 28660 Madrid
T. 91 632 45 74 - F. 91 032 13 55 www.secoe.es R.S. 26.00012504/M