

■ MENÚ BASAL MES ABRIL 2022

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				Día 1 GAZPACHO ANDALUZ <i>Sulfitos, Gluten</i> ARROZ DE ESPINACAS CON BOQUERONES <i>Pescado, Crustáceo, Molusco(T)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 4 ENSALADA CESAR <i>Sulfitos, Leche</i> PESCADILLA EN RUSTIDERA <i>Pescado, Sulfitos</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	Día 5 SOPA A LA MARINERA CON FIDEOS <i>Gluten, Huevo(T), Pescado, Crustáceo, Molusco</i> ESCALOPE A LA MILANESA CON TOMATE ASADO <i>Gluten, Huevo, Soja(T), Leche(T) (Escalope)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 6 CREMA DE PUERRO <i>Sulfitos</i> CAZÓN EN ADOBO CASERO CON BRÓCOLI AL CURRY <i>Pescado, Gluten, Sulfitos (Cazón)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 7 ENSALADA TROPICAL <i>Sulfitos, Soja, Leche</i> ARROZ VERDE CON ALCACHOFA Y ESPINACAS - FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 8 LENTEJAS A LA CASTELLANA CON CHORIZO <i>Sulfitos, Gluten</i> HUEVOS AL PLATO CON TOMATE, ATÚN Y PATATAS <i>Huevo, Sulfitos, Pescado</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 11 ENSALADA MURCIANA <i>Pescado, Huevo</i> ESPAGUETIS A LA CARBONARA <i>Gluten, Huevo(T), Soja</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	Día 12 SOPA DE CEBOLLA <i>Gluten, Leche, Huevo(T), Soja</i> ALITAS DE POLLO A LA BARBACOA CON PATATAS DELUXE <i>Sulfitos, Altramuz(T), Gluten(T), Soja(T), Leche(T) (Alitas) Sulfitos (Patatas)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 13 ENSALADA HUERTANA CON LACÓN ALIÑADO <i>Sulfitos</i> CODILLO A LA CORDOBESA CON ARROZ AL CURRY <i>Sulfitos (Codillo)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 14 FESTIVO Día 15 FESTIVO JUEVES SANTO VIERNES SANTO	
Día 18 FESTIVO LUNES DE PASCUA	Día 19 SOPA BULLABESA <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Gluten, Huevo(T)</i> POLLO EN RUSTIDERA <i>Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 20 OLLA DE LEGUMBRES <i>Gluten, Sulfitos</i> FOGONERO A LA GALLEGA CON TOMATE ASADO <i>Pescado (Fogonero)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 21 CREMA DE ZANAHORIA NATURAL <i>Sulfitos</i> LOMO ASADO EN SU JUGO CON PATATAS <i>Soja(T), Leche(T) (Lomo) Sulfitos (Patatas)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 22 HERVIDO VALENCIANO <i>Sulfitos</i> VENTRESCA DE MERLUZA A LA RIOJANA CON CARLOTITAS SALTEADAS <i>Pescado (Ventresca)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 25 MENESTRA DE VERDURAS <i>Sulfitos</i> POLLO A LA NARANJA CON PATATA ASADA <i>Sulfitos</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	Día 26 ENSALADA CAMPESINA CON BOCAS DE MAR <i>Sulfitos, Gluten, Huevo, Soja, Leche, Crustáceo, Pescado</i> CANELONES ROSINNI <i>Gluten, Leche, Crust.(T), Huevo(T), Pescado(T), Soja(T), Mol.(T)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 27 ENSALADA MIXTA CON QUESO FRESCO <i>Sulfitos, Leche</i> GAZPACHO MANCHEGO <i>Gluten</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 28 SANTA FAZ	Día 29 SOPA DE AJO CON LLUVIA <i>Gluten, Huevo(T), Apio</i> MERLUZA A LA COSQUERA <i>Pescado, Crustáceo(T), Molusco(T), Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>

Alérgenos: consulta los alérgenos indicados en **ROJO** (T= TRAZAS)

Atención nutricional: De lunes a jueves de 9:00 a 13:00 en el tfn. 965 10 06 48 o las 24 horas en nutricionista@coessl.es

somos cocineros.es



■ MENÚ VEGETARIANO MES ABRIL 2022

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				Día 1 GAZPACHO ANDALUZ <i>Sulfitos, Gluten</i> ARROZ CON GARBANZOS Y ESPINACAS - FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 4 ENSALADA CESAR <i>(s/Pollo) Sulfitos, Leche</i> COLIFLOR GRATINADA AL HORNO <i>Gluten, Leche</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	Día 5 SOPA JULIANA CON FIDEOS <i>Gluten, Huevo(T), Apio</i> TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE ASADO <i>Huevo (Tortilla)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 6 CREMA DE PUERRO <i>Sulfitos</i> QUESO FRESCO ALIÑADO CON TOMATITOS Y BRÓCOLI AL CURRY <i>Leche (Queso)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 7 ENSALADA TROPICAL <i>(s/Jamón) Sulfitos, Leche</i> ARROZ VERDE CON ALCACHOFA Y ESPINACAS - FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 8 LENTEJAS HUERTANAS <i>Sulfitos, Gluten</i> HUEVOS REVUELTOS CON PATATAS <i>Huevo, Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 11 ENSALADA MURCIANA <i>(s/Atún) Huevo</i> ESPAGUETIS A LA CREMA CON CHAMPIÑONES <i>Gluten, Huevo(T)</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	Día 12 SOPA DE CEBOLLA <i>Gluten, Leche, Huevo(T)</i> TORTILLA DE PATATA CON CARLOTITAS AL HINOJO <i>Huevo (Tortilla)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 13 ENSALADA HUERTANA CON QUESO ALIÑADO <i>Sulfitos, Leche</i> GARBANZOS A LA CORDOBESA <i>Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 14 FESTIVO Día 15 FESTIVO JUEVES SANTO VIERNES SANTO	
Día 18 FESTIVO LUNES DE PASCUA	Día 19 SOPA MINISTRONE <i>Apio, Gluten, Huevo(T)</i> COLES DE BRUSELAS CON TOMATE Y PATATAS <i>Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 20 OLLA DE LEGUMBRES <i>Gluten, Sulfitos</i> TOMATE A LA PROVENZAL CON ARROZ AL CURRY <i>Gluten (Tomate)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 21 CREMA DE ZANAHORIA NATURAL <i>Sulfitos</i> HUEVOS AL PLATO CON TOMATE Y PATATAS <i>Huevo Sulfitos (Patatas)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 22 HERVIDO VALENCIANO <i>Sulfitos</i> COLIFLOR A LA RIOJANA CON CARLOTITAS SALTEADAS - FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 25 MENESTRA DE VERDURAS <i>Sulfitos</i> BRÓCOLI A LA NARANJA CON JENGIBRE Y PATATA ASADA <i>Soja, Sulfitos</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	Día 26 ENSALADA CAMPESINA CON ALCACHOFAS <i>Sulfitos</i> MACARRONES CON BERENJENA Y TOMATE <i>Gluten, Huevo(T)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 27 ENSALADA MIXTA CON QUESO FRESCO <i>Sulfitos, Leche</i> GAZPACHO DE VERDURAS <i>Gluten</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	Día 28 SANTA FAZ	Día 29 SOPA DE AJO CON LLUVIA <i>Gluten, Huevo(T), Apio</i> GUISANTES CON BECHAMEL <i>Gluten, Leche</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>

somos cocineros.es

Alérgenos: consulta los alérgenos indicados en ROJO (T= TRAZAS)

Atención nutricional: De lunes a jueves de 9:00 a 13:00 en el tlf. 965 10 06 48 o las 24 horas en nutricionista@coessl.es



■ MENÚ SIN GLUTEN MES ABRIL 2022

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				Día 1 GAZPACHO ANDALUZ <i>Sulfitos</i> ARROZ CON ESPINACAS Y BOQUERONES <i>Pescado, Crustáceo, Molusco(T)</i> FRUTA/PAN s/GLUTEN
Día 4 ENSALADA CESAR <i>Sulfitos, Leche</i> PESCADILLA EN RUSTIDERA <i>Pescado, Sulfitos</i> YOGUR/PAN s/GLUTEN <i>Leche</i>	Día 5 SOPA A LA MARINERA CON FIDEOS <i>Pescado, Crustáceo, Molusco</i> LOMO A LA PLANCHA CON TOMATE ASADO <i>Soja(T), Leche(T) (Lomo)</i> FRUTA/PAN s/GLUTEN	Día 6 CREMA DE PUERRO <i>Sulfitos</i> CAZÓN EN ADOBO CASERO CON BRÓCOLI AL CURRY <i>Pescado, Sulfitos (Cazón)</i> FRUTA/PAN s/GLUTEN	Día 7 ENSALADA TROPICAL <i>Sulfitos, Soja, Leche</i> ARROZ VERDE CON ALCACHOFA Y ESPINACAS - FRUTA/PAN s/GLUTEN	Día 8 LENTEJAS A LA CASTELLANA CON CHORIZO <i>Sulfitos</i> HUEVOS AL PLATO CON TOMATE, ATÚN Y PATATAS <i>Huevo, Sulfitos, Pescado</i> FRUTA/PAN s/GLUTEN
Día 11 ENSALADA MURCIANA <i>Pescado, Huevo</i> ESPAGUETIS CON BACON <i>Soja</i> YOGUR/PAN s/GLUTEN <i>Leche</i>	Día 12 SOPA DE CEBOLLA <i>Leche, Soja</i> POLLO A LA BARBACOA CON PATATAS DELUXE <i>Sulfitos (Pollo), Sulfitos (Patatas)</i> FRUTA/PAN s/GLUTEN	Día 13 ENSALADA HUERTANA CON LACÓN ALIADO <i>Sulfitos</i> CODILLO A LA CORDOBESA CON PATATAS DELUXE <i>Sulfitos (Codillo)</i> FRUTA/PAN s/GLUTEN	Día 14 FESTIVO Día 15 FESTIVO JUEVES SANTO VIERNES SANTO	
Día 18 FESTIVO LUNES DE PASCUA	Día 19 SOPA BULLABESA <i>Pescado, Crustáceo, Molusco</i> POLLO EN RUSTIDERA <i>Sulfitos</i> FRUTA/PAN s/GLUTEN	Día 20 OLLA DE LEGUMBRES <i>Sulfitos</i> FOGONERO A LA GALLEGA CON TOMATE ASADO <i>Pescado (Fogonero)</i> FRUTA/PAN s/GLUTEN	Día 21 CREMA DE ZANAHORIA NATURAL <i>Sulfitos</i> LOMO ASADO EN SU JUGO CON PATATAS <i>Soja(T), Leche(T) (Lomo), Sulfitos (Patatas)</i> FRUTA/PAN s/GLUTEN	Día 22 HERVIDO VALENCIANO <i>Sulfitos</i> VENTRESCA DE MERLUZA A LA RIOJANA CON CARLOTITAS SALTEADAS <i>Pescado (Ventresca)</i> FRUTA/PAN s/GLUTEN
Día 25 MENESTRA DE VERDURAS <i>Sulfitos</i> POLLO A LA NARANJA CON PATATA ASADA <i>Sulfitos</i> YOGUR/PAN s/GLUTEN <i>Leche</i>	Día 26 ENSALADA CAMPESINA CON ATÚN <i>Sulfitos, Pescado</i> MACARRONES CON BERENJENA Y TOMATE - FRUTA/PAN s/GLUTEN	Día 27 ENSALADA MIXTA CON QUESO FRESCO <i>Sulfitos, Leche</i> GUISADO MANCHEGO <i>Sulfitos</i> FRUTA/PAN s/GLUTEN	Día 28 SANTA FAZ	Día 29 SOPA DE AJO CON FIDEOS <i>Apio</i> MERLUZA A LA COSQUERA <i>Pescado, Crustáceo(T), Molusco(T), Sulfitos</i> FRUTA/PAN s/GLUTEN

somos cocineros.es

Alérgenos: consulta los alérgenos indicados en ROJO (T= TRAZAS)

Atención nutricional: De lunes a jueves de 9:00 a 13:00 en el tlf. 965 10 06 48 o las 24 horas en nutricionista@coessl.es

