

Alergia a la legumbre

Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
1º Ensalada de pasta. 2º Hamburguesas de ternera con salsa de tomate. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Menestra de verduras con jamón. 2º Tortilla de patata con loncha de queso. Fruta fresca, agua y pan.	1º Arroz blanco con salsa de tomate. 2º Lomos de caella en salsa verde con guisantes. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Puré de verduras. 2º Lacón a la gallega con patatas al vapor. Fruta fresca, agua y pan.	1º Macarrones a la boloñesa. 2º Delicias de merluza con ensalada de lechuga y zanahoria. Helado, agua y pan.

Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
1º Patatas guisadas con verduras. 2º Huevos cocidos y salchichas con salsa de tomate. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Espaguetis a la carbonara. 2º Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate. Fruta fresca, agua y pan.	1º Crema de zanahoria. 2º Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Paella valenciana. 2º Fritura de calamar con ensalada de lechuga y maíz. Fruta fresca, agua y pan.	1º Macarrones con tomate. 2º Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria. Yogurt, agua y pan integral.

Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
1º Salteado de verduras con gambas. 2º Tortilla de patata con jamón de york. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º y 2º Cocido madrileño : sopa de fideos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo. Fruta fresca, agua y pan.	1º Fideua. 2º Filete de abadejo en salsa marinera. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Crema de calabacín. 2º Lomo asado con salsa de manzana. Fruta fresca, agua y pan.	1º Cofitos con tomate gratinados con queso. 2º Supremas de salmón con ensalada de tomate. Helado, agua y pan.

Alergia al gluten

Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
1º Ensalada de pasta. 2º Hamburguesas de ternera con salsa de tomate. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Judías verdes rehogadas con jamón. 2º Tortilla de patata con loncha de queso. Fruta fresca, agua y pan.	1º Arroz blanco con salsa de tomate. 2º Lomos de caella en salsa verde con guisantes. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Lentejas castillañas. 2º Lacón a la plancha con patatas al vapor. Fruta fresca, agua y pan.	1º Macarrones a la boloñesa. 2º Filete de merluza plancha con ensalada de lechuga y zanahoria. Helado, agua y pan.

Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
1º Patatas guisadas con verduras. 2º Huevos cocidos y salchichas con salsa de tomate. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Espaguetis a la carbonara. 2º Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate. Fruta fresca, agua y pan.	1º Crema de zanahoria. 2º Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Paella valenciana. 2º Tiras de calamar plancha con ensalada de lechuga y maíz. Fruta fresca, agua y pan.	1º Judías blancas estofadas. 2º Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria. Yogurt, agua y pan.

Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
1º Salteado de verduras con gambas. 2º Tortilla de patata con jamón de york. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º y 2º Cocido madrileño completo: sopa de fideos, garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo. Fruta fresca, agua y pan.	1º Fideua. 2º Filete de abadejo en salsa marinera. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Crema de calabacín. 2º Lomo asado con salsa de manzana. Fruta fresca, agua y pan.	1º Cofitos con tomate gratinados con queso. 2º Filete de salmón plancha con ensalada de tomate. Helado, agua y pan.

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



secoe®

ALIMENTANDO SU FUTURO

Vuelta al cole

Septiembre 2011

Las ciencias tienen las raíces amargas, pero muy dulces los frutos

Menú Alergias



* Menú confeccionado por el Departamento de Nutrición de secoe. Para cualquier duda o sugerencia, póngase en contacto con nosotros. R.S. 25.00012504/M

ISO 9001

BUREAU VERITAS Certification



C/ Playa de Benicasim, 9 / 28660 Boadilla del Monte / Madrid
T. 902 006 273 - 91 632 45 74 / F. 91 632 16 56
info@secoe.es / www.secoe.es

Alergia al Pescado y Marisco

Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
1º Ensalada de pasta. 2º Hamburguesas de ternera con salsa de tomate. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Judías verdes rehogadas con jamón. 2º Tortilla de patata con loncha de queso. Fruta fresca, agua y pan.	1º Arroz blanco con salsa de tomate. 2º Pollo en salsa con guisantes. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Lentejas castellañas. 2º Lacón a la gallega con patatas al vapor. Fruta fresca, agua y pan.	1º Macarrones a la boloñesa. 2º Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y zanahoria. Helado, agua y pan.

Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
1º Patatas guisadas con verduras. 2º Huevos cocidos y salchichas con salsa de tomate. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Espaguetis a la carbonara. 2º Filete de pollo plancha con ensalada de lechuga y tomate. Fruta fresca, agua y pan.	1º Crema de zanahoria. 2º Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Arroz con pollo. 2º Cinta de lomo plancha con ensalada de lechuga y maíz. Fruta fresca, agua y pan.	1º Judías blancas estofadas. 2º Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria. Yogurt, agua y pan integral.

Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
1º Salteado de verduras. 2º Tortilla de patata con jamón de york. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º y 2º Cocido madrileño completo: sopa de fideos, garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo. Fruta fresca, agua y pan.	1º Fideua. 2º Filete de pollo a la plancha. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Crema de calabacín. 2º Lomo asado con salsa de manzana. Fruta fresca, agua y pan.	1º Coditos con tomate gratinados con queso. 2º Salchichas de pollo con ensalada de tomate. Helado, agua y pan.

Menú sin cerdo

Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
1º Ensalada de pasta. 2º Hamburguesas de ternera con salsa de tomate. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Judías verdes rehogadas. 2º Tortilla de patata con loncha de queso. Fruta fresca, agua y pan.	1º Arroz blanco con salsa de tomate. 2º Lomos de caella en salsa verde con guisantes. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Lentejas castellañas. 2º Filete de pollo a la plancha con patatas al vapor. Fruta fresca, agua y pan.	1º Macarrones a la boloñesa. 2º Delicias de merluza con ensalada de lechuga y zanahoria. Helado, agua y pan.

Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
1º Patatas guisadas con verduras. 2º Huevos cocidos y salchichas de pollo con salsa de tomate. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Espaguetis con tomate. 2º Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate. Fruta fresca, agua y pan.	1º Crema de zanahoria. 2º Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Paella valenciana. 2º Fritura de calamar con ensalada de lechuga y maíz. Fruta fresca, agua y pan.	1º Judías blancas estofadas. 2º Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria. Yogurt, agua y pan integral.

Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
1º Salteado de verduras con gambas. 2º Tortilla de patata con loncha de queso. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º y 2º Cocido madrileño: sopa de fideos, garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo. Fruta fresca, agua y pan.	1º Fideua. 2º Filete de abadejo en salsa marinera. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Crema de calabacín. 2º Pollo asado con salsa de manzana. Fruta fresca, agua y pan.	1º Coditos con tomate gratinados con queso. 2º Supremas de salmón con ensalada de tomate. Helado, agua y pan.

Alergia a la Proteína de la vaca

Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
1º Ensalada de pasta. 2º Hamburguesas de pollo con salsa de tomate. Fruta fresca, agua y pan.	1º Judías verdes rehogadas con jamón. 2º Tortilla de patata con loncha de jamón york. Fruta fresca, agua y pan.	1º Arroz blanco con salsa de tomate. 2º Lomos de caella en salsa verde con guisantes. Fruta fresca, agua y pan.	1º Lentejas castellañas. 2º Lacón a la gallega con patatas al vapor. Fruta fresca, agua y pan.	1º Macarrones con tomate. 2º Delicias de merluza con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta fresca, agua y pan.

Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
1º Patatas guisadas con verduras. 2º Huevos cocidos y salchichas con salsa de tomate. Fruta fresca, agua y pan.	1º Espaguetis con tomate. 2º Merluza a la romana con ensalada de lechuga y tomate. Fruta fresca, agua y pan.	1º Crema de zanahoria. 2º Albóndigas de pollo en salsa con patatas dado. Fruta fresca, agua y pan.	1º Paella valenciana. 2º Fritura de calamar con ensalada de lechuga y maíz. Fruta fresca, agua y pan.	1º Judías blancas estofadas. 2º Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta fresca, agua y pan integral.

Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
1º Salteado de verduras con gambas. 2º Tortilla de patata con jamón de york. Fruta fresca, agua y pan.	1º y 2º Cocido madrileño: sopa de fideos, garbanzos, zanahoria, patata y pollo. Fruta fresca, agua y pan.	1º Fideua. 2º Filete de abadejo en salsa marinera. Fruta fresca, agua y pan.	1º Crema de calabacín. 2º Lomo asado con salsa de manzana. Fruta fresca, agua y pan.	1º Coditos con tomate. 2º Supremas de salmón con ensalada de tomate. Fruta fresca, agua y pan.

Alergia al huevo

Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
1º Ensalada de pasta. 2º Hamburguesas de ternera con salsa de tomate. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Judías verdes rehogadas con jamón. 2º Cinta de lomo plancha con loncha de queso. Fruta fresca, agua y pan.	1º Arroz blanco con salsa de tomate. 2º Lomos de caella en salsa verde con guisantes. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Lentejas castellañas. 2º Lacón a la gallega con patatas al vapor. Fruta fresca, agua y pan.	1º Macarrones a la boloñesa. 2º Filete de merluza plancha con ensalada de lechuga y zanahoria. Helado, agua y pan.

Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
1º Patatas guisadas con verduras. 2º Salchichas con salsa de tomate. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Espaguetis a la carbonara. 2º Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate. Fruta fresca, agua y pan.	1º Crema de zanahoria. 2º Albóndigas de ternera en salsa con patatas dado. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Paella valenciana. 2º Tiras de calamar con ensalada de lechuga y maíz. Fruta fresca, agua y pan.	1º Judías blancas estofadas. 2º Pollo asado con ensalada de lechuga y zanahoria. Yogurt, agua y pan integral.

Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
1º Salteado de verduras con gambas. 2º Filete de pollo a la plancha. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º y 2º Cocido madrileño completo: sopa de fideos, garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo. Fruta fresca, agua y pan.	1º Fideua. 2º Filete de abadejo en salsa marinera. Fruta fresca, leche, agua y pan.	1º Crema de calabacín. 2º Lomo asado con salsa de manzana. Fruta fresca, agua y pan.	1º Coditos con tomate gratinados con queso. 2º Filete de salmón a la plancha con ensalada de tomate. Helado, agua y pan.