1. GLUTEN
2. LÁCTEO
3. HUEVO
4. PESCADO
5. MOLUSCOS
6. CRUSTÁCEOS
7. CACAHUETES
8. FRUTOS DE CÁSCARA
9. SOJA
10. SÉSAMO
11. MOSTAZA
12. APIO
13. ALTRAMUCES
14. SULFITO

MATER SALVATORIS

MENÚ **SIN FRUTOS SECOS**

MAYO 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Arroz con tomate casero al horno Contramuslo de pollo a la plancha con ensalada variada (14) FRUTA 663,72 Kcal 85,39 g HC 30,81 g Prot 21,1 g Lip	Alubias pintas estofadas con verduritas (14) Tortilla francesa con ensalada variada (3, 4) FRUTA 542,7 Kcal 70,06 g HC 27,94 g Prot 17 g Lip	Crema de brócoli y calabaza (14) Palometa al horno con pisto (4,5,6) YOGUR (2) 543,36 Kcal 62,34 g HC 29,58 g Prot 18,1 g Lip	Sopa tradicional del cocido con fideo integral Cocido completo con sus carnes y verduras (14) FRUTA 621,11 Kcal 89,78 g HC 27,89 g Prot 13,77 g Lip	Crema de calabacin y puerro (14) Merluza a la plancha con ensalada variada (4,5,6, 14) FRUTA 446,38 Kcal 58,6 g HC 19,71 g Prot 12,79 g Lip
Macarrones integrales al pomodoro con albahaca al horno Pollo al ajillo con verduritas (14) FRUTA 569,92 Kcal 66,56 g HC 34,16 g Prot 17,16 g Lip	Alubias blancas estofadas con verduritas (14) Cinta de lomo a la plancha con ensalada variada (14) FRUTA 603,61 Kcal 67,94 g HC 33,2 g Prot 18,67 g Lip	Crema de verduras de temporada (14) Merluza al horno con verduritas (4,5,6) YOGUR (2) 557,76 Kcal 56,47 g HC 25,41 g Prot 23,87 g Lip	Sopa de cocido con picadillo Albondigas en salsa española con patatas (2,9,14) FRUTA 850,18 Kcal 76,25 g HC 38,64 g Prot 42,28 g Lip	FESTIVIDAD DE SAN ISIDRO
Espirales integrales al horno con tomate casero al horno Filete de pavo a la plancha con ensalada variada (14) FRUTA 572,79 Kcal 80,11 g HC 30,45 g Prot 13,14 g Lip	Alubias pintas estofadas con verduras (14) Salmon al horno a la naranja con patata hervida (4,14) FRUTA 686,02 Kcal 85,27 g HC 37,11 g Prot 19,83 g Lip	Crema de verduras frescas de temporada (14) Tortilla de calabacín con ensalada de tomate a la murciana (3, 14) YOGUR (2) 615,12 Kcal 55,58 g HC 24,73 g Prot 31,17 g Lip	Sopa de ave con picadillo y garbanzos (14) Pollo asado en su jugo con patatas asadas (14) FRUTA 703,68 Kcal 81,58 g HC 44,14 g Prot 21,23 g Lip	Arroz al horno con sepia y gambas (4, 5, 6,14) Bacalao a la plancha con ensalada variada (4,5,6,14) FRUTA 556,64 Kcal 85,64 g HC 25,11 g Prot 11,49 g Lip
Alubias pintas estofadas con verduras (14) Contramuslo de pollo a la plancha con ensalada variada (14) FRUTA 636,88 Kcal 68,09 g HC 35,66 g Prot 21,28 g Lip	Crema de brócoli y zanahoria (14) Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada variada (14) FRUTA 620,67 Kcal 57,98 g HC 37,59 g Prot 24,9 g Lip	Macarrones integrales con verduritas y tomate casero al horno Merluza a la provenzal con ensalada variada (4,5,6,14) YOGUR (2) 489,9 Kcal 57,47 g HC 24,7 g Prot 16,85 g Lip	Sopa de cocido con picadillo Ragut de ternera estofado con verduritas (2,14) FRUTA 558,95 Kcal 57,05 g HC 28,16 g Prot 23,41 g Lip	Crema de verduras frescas de calabacín y puerro (14) Tortilla de patata con ensalada (3,14) FRUTA 570,52 Kcal 59,59 g HC 18,65 g Prot 26,21 g Lip