

FÁTIMA: MENÚ - MULTIALERGIAS JUNIO 2026 (Apto para alérgicos: gluten, cacahuete, soja, lácteo, f.secos, mostaza, sésamo, altramuz)

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 (G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla) (G) POLLO EN SALSA ESPAÑOLA (tomate, aceite, cebolla, ajo) (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 454,66 Prot: 12,98g Hidrat: 61,24g Grasas: 17,42g Sat: 2,32g Azúc: 12,59g Sal: 1,35g	2 (G) LENTEJAS CON VERDURAS (patata, j.verdes, cebolla,pimiento, ajo, laurel) (G) MERLUZA RIOJANA (tomate, pimiento, cebolla, aceite, ajos) (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 491,10 Prot: 22,65g Hidrat: 62,55g Grasas: 15,65g Sat: 2,10g Azúc: 10,00g Sal: 1,19g	3 (G) COCIDO CON VERDURAS SIN CARNE (garbanzo, j.verde, patata, puerro) (G) TÓRTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 362,17 Prot: 10,07g Hidrat: 53,63g Grasas: 11,21g Sat: 1,72g Azúc: 9,12g Sal: 2,12g	4 (G) SOPA DE PESCADO SIN GLUTEN (merluza, puerro, apio, zanahoria, aceite) (G) POLLO HORNO (ajo, aceite, h.provenzales) (G) ARROZ SALTEADO (cebolla, aceite) (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 550,73 Prot: 19,24g Hidrat: 80,19g Grasas: 16,63g Sat: 2,56g Azúc: 12,83g Sal: 1,81g	5 (G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano) (G) ABADEJO AL HORNO (aceite, ajo, perejil) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) COMPOTA DE FRUTA (plátano, pera, manzana) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 531,74 Prot: 15,03g Hidrat: 67,86g Grasas: 23,83g Sat: 2,83g Azúc: 10,22g Sal: 1,84g
8 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) ABADEJO EN SALSA (tomate, pimiento, cebolla, aceite) (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 470,99 Prot: 22,70g Hidrat: 54,87g Grasas: 17,60g Sat: 2,07g Azúc: 9,85g Sal: 0,96g	9 (G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimiento, ajo, tomate) (G) POLLO AL HORNO EN SALSA (aceite, ajo, laurel, h.provenzales) (G) ZANAHORIAS BABY (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 515,85 Prot: 16,59g Hidrat: 74,31g Grasas: 17,27g Sat: 2,18g Azúc: 8,57g Sal: 1,69g	10 (G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano) (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 505,51 Prot: 12,23g Hidrat: 63,98g Grasas: 23,59g Sat: 3,44g Azúc: 10,83g Sal: 2,44g	11 (G) CREMA DE VERDURAS (patata, calabacín, cebolla, zanahoria) (G) POLLO HORNO (ajo, aceite, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 434,20 Prot: 13,38g Hidrat: 66,78g Grasas: 12,21g Sat: 1,63g Azúc: 14,58g Sal: 1,16g	12 (G) GUISILLO DE POLLO (cebolla, pimiento, guisantes, patata) (G) MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE ZANAHORIAS (patata, zanahoria) (G) COMPOTA DE FRUTA (plátano, pera, manzana) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 482,73 Prot: 20,88g Hidrat: 68,97g Grasas: 13,17g Sat: 1,76g Azúc: 9,30g Sal: 1,07g
15 (G) MACARRONES SIN GLUTEN CON ACEITE Y ORÉGANO (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 527,83 Prot: 11,22g Hidrat: 67,42g Grasas: 22,68g Sat: 4,15g Azúc: 5,09g Sal: 1,65g	16 (G) CAZUELA DE ARROZ CON POLLO (tomate, guisante, ajos) (G) MERLUZA HORNO (G) PISTO DE VERDURAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 594,75 Prot: 19,03g Hidrat: 82,35g Grasas: 20,88g Sat: 2,80g Azúc: 14,37g Sal: 1,78g	17 (G) POTAJE DE GARBANZOS SIN CARNE (patata, j.verdes, puerro, zanahoria) (G) POLLO AL HORNO (aceite, ajo, laurel, tomillo) (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 448,55 Prot: 19,31g Hidrat: 67,53g Grasas: 11,67g Sat: 1,34g Azúc: 9,98g Sal: 1,83g	18 (G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla) (G) MERLUZA RIOJANA (tomate, pimiento, cebolla, aceite, ajos) (G) PATATAS FRITAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 561,10 Prot: 17,55g Hidrat: 65,16g Grasas: 25,35g Sat: 3,12g Azúc: 18,87g Sal: 1,30g	19 (G) LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS (patata, zanahoria, tomate, pimiento) (G) POLLO EN SALSA ESPAÑOLA (tomate, aceite, cebolla, ajo) (G) ZANAHORIAS BABY (G) COMPOTA DE FRUTA (plátano, pera, manzana) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 507,71 Prot: 20,21g Hidrat: 77,80g Grasas: 12,00g Sat: 1,63g Azúc: 11,63g Sal: 1,83g
22 (G) ARROZ SALTEADO (cebolla, aceite) (G) MERLUZA HORNO (G) MENESTRA DE VERDURAS AL VAPOR (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 349,28 Prot: 11,95g Hidrat: 39,32g Grasas: 15,74g Sat: 2,12g Azúc: 5,26g Sal: 1,30g	23	24	25	26
29	30	3	4	5

GLUTEN HUEVO PESCADO MOLUSCO SOJA ALTRAMUCES LECHE SÉSAMO FRUTOS DE CÁSCARA APIO MOSTAZA SULFITOS CACAHUETE CRUSTÁCEOS

La empresa se reserva el derecho a modificar el menú programado, según las necesidades operativas o imprevistos, garantizando el equilibrio nutricional del mismo.