

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES									
2 (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	3 (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	4 (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	5 (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	6 (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									
9 (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	10 (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	11 (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	12 (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	13 (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: 2,13g									
16 (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	17 (G) COCIDO CON VERDURAS SIN CARNE (garbanzo, j.verde, patata, puerro) (G) POLLO AL HORNO EN SALSA (aceite, ajo, laurel, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 390,39 Prot: 14,95g Hidrat: 58,98g Grasas: 10,67g Sat: 1,29g Azúc: 6,54g Sal: 1,67g	18 (G) GUISILLO DE POLLO (cebolla, pimiento, guisantes, patata) (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 493,65 Prot: 18,19g Hidrat: 64,78g Grasas: 17,17g Sat: 2,99g Azúc: 8,93g Sal: 1,67g	19 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) ABADEJO HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 409,60 Prot: 19,26g Hidrat: 56,36g Grasas: 10,42g Sat: 1,44g Azúc: 12,16g Sal: 0,56g	20 (G) CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla, patata, calabaza) (G) POLLO CON MANZANA (manzana, cebolla...) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) COMPOTA DE FRUTA (plátano, pera, manzana) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 520,64 Prot: 18,38g Hidrat: 56,99g Grasas: 24,41g Sat: 3,77g Azúc: 12,93g Sal: 0,40g									
23 (G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimiento, ajo, tomate) (G) MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE ZANAHORIAS (patata, zanahoria) (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 449,86 Prot: 16,35g Hidrat: 63,65g Grasas: 14,70g Sat: 1,78g Azúc: 8,72g Sal: 0,84g	24 (G) SOPA DE FIDEOS SIN GLUTEN C/POLLO (apio, puerro, zanahoria) (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) SALTEADO DE CALABACÍN CON CEBOLLA (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 487,70 Prot: 11,10g Hidrat: 62,20g Grasas: 20,50g Sat: 3,36g Azúc: 8,46g Sal: 2,51g	25 (G) MACARRONES SIN GLUTEN CON ATÚN Y TOMATE (G) ABADEJO EN SALSA VERDE (perejil, aceite, ajo) (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 475,74 Prot: 20,17g Hidrat: 66,23g Grasas: 14,74g Sat: 2,65g Azúc: 8,68g Sal: 1,45g	26 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) MERLUZA HORNO (G) ARROZ SALTEADO (cebolla, aceite) (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 515,33 Prot: 19,60g Hidrat: 65,00g Grasas: 18,28g Sat: 2,53g Azúc: 7,55g Sal: 1,16g	27									
GLUTEN	HUEVO	PESCADO	MOLUSCO	SOJA	ALTRAMUCES	LECHE	SÉSAMO	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SULFITOS	CACAHUETE	CRUSTÁCEOS