

EL CATERING DE COCIBAR S.L.

Ctra. Gijón-Oviedo.AS II.C/ Felipe Blas y Cabrera Naves 1 A y D. Porceyo.33392.Gijón

Tl: 985168523. Fax: 985168518. Móvil 609 019 097

www.elcateringdecocibar.com e-mail.cocibar@hotmail.com

Menús supervisados y valorados nutricionalmente por AF. Consultoría, Método de estudio de uso profesional para valoración de dietas y cálculos de alimentación avalado por el Departamento de Nutrición y Bromatología de la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid

2021-2022

MENUS DE SEPTIEMBRE PARA ESC.INFANTILES Y COLEGIOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 COMIDA Fidegúa con tomate Albóndigas ternera Verduras Fruta	2 COMIDA Fabes pintas Merluza en salsa Patata cocida Fruta	3 COMIDA Sopa de estrellas Lomo asado Verduras Fruta
6 COMIDA Macarrones con tomate Pollo asado Verduras Fruta	7 COMIDA Fabes estofadas Pescado a la romana Ensalada Yogurt	8 COMIDA Arroz asturiano Hamburguesas ternera Verduras Fruta	9 COMIDA Lentejas estofadas Albóndigas merluza Guisantes zanahoria Fruta	10 COMIDA Patatas riojana Lomo asado Verduras Compota
13 COMIDA Pure calabaza Pollo asado Verduras Fruta	14 COMIDA Fabes pintas Pescado a la romana Ensalada Yogurt	15 COMIDA Fidegúa con tomate Lomo asado Verduras Fruta	16 COMIDA Garbanzos guisados Merluza en salsa Patata cocida Fruta	17 COMIDA Patatas riojanas Albóndigas ternera Verduras Fruta
20 COMIDA Pasta c/tomate Pollo asado Verduras Fruta	21 COMIDA Fabes c/verduras Pescado a la romana Ensalada Yogurt	22 COMIDA Pure de verduras Hamburguesas ternera Verduras Fruta	23 COMIDA Lentejas estofadas Albóndigas merluza Guisantes zanahoria Fruta	24 COMIDA Patatas marinera Lomo asado Verduras Compota
27 COMIDA Fidegúa con tomate Pollo asado Verduras Fruta	28 COMIDA Garbanzos c/espínacas Pescado romana Ensalada Yogurt	29 COMIDA Menestra Albóndigas ternera Patata cocida Fruta	30 COMIDA Fabes pintas Merluza en salsa Patata cocida Fruta	

INGREDIENTES ALÉRGICOS

CEREALES QUE CONTENGAN GLUTEN (trigo, centeno, cebada, avena, espelta, kamut o sus variedades híbridas) y productos derivados
LECHE y sus derivados (incluida la LACTOSA). CRUSTACEOS y productos a base de crustáceos HUEVOS y productos a base de huevo
PESCADO y productos a base de pescado SOJA y productos a base de soja CACAHUETES y productos a base de cacahuets FRUTOS
DE CÁSCARA: GRANOS DE SÉSAMO y productos a base de granos de sésamo APIO y productos derivados MOSTAZA y productos
derivados DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS en concentraciones superiores a 10 mg/kg o 10mg/litro expresado como SO₂. (E 220-224,
226-228) ALTRAMUCES y productos a base de altramucos MOLUSCOS y productos a base de moluscos