

# MENÚ OCTUBRE



## • Martes 1 •

POTAJE DE VERDURAS  
CINTA DE LOMO AL HORNO (11)  
PANACHE DE VERDURAS  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 649,31 H.C.: 90,03 Gr.: 22,82 Pr.: 16,158

## • Miércoles 2 •

POTAJE DE JUDIAS BLANCAS  
MEZLUZA AL HORNO (5, 11)  
PAPAS GUISADAS (11)  
MOJO CILANTRO  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 681,50 H.C.: 79,56 Gr.: 23,21 Pr.: 34,30

## • Jueves 3 •

PURÉ DE CALABAZA Y ZANAHORIA  
PAELLA MIXTA  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 640,51 H.C.: 98,44 Gr.: 14,99 Pr.: 24,40

## • Viernes 4 •

PURÉ DE ACELGAS  
LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO (1, 2)  
ENSALADA MIXTA (5)  
PAN INTEGRAL (3)  
YOGURT DESNATADO (1)

Kcal: 602,18 H.C.: 50,40 Gr.: 26,6008 Pr.: 37,395

## • Lunes 7 •

SOPA DE POLLO (3, 7)  
TORTILLA ESPAÑOLA CON JAMÓN (2)  
TOMATE A LA CATALANA  
SALSA DE TOMATE  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 694,46 H.C.: 84,53 Gr.: 25,30 Pr.: 28,65

## Martes 8 •

PURÉ DE CALABAZA  
ABADEJO AL HORNO (5, 11)  
ENSALADA MIXTA (5)  
PAN (3)  
MOJO CILANTRO  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 641,07 H.C.: 58,93 Gr.: 29,38 Pr.: 31,74

## Miércoles 9 •

LENTEJAS COMPUESTAS CON ARROZ  
BLANCO (6)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 709,03 H.C.: 102,73 Gr.: 16,8 Pr.: 27,02

## • Jueves 10 •

PURÉ DE CALABACÍN  
ALBÓNDIGAS (TERNERA/CERDO) (6, 11)  
PAPAS FRITAS (11)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 778,03 H.C.: 85,95 Gr.: 33,97 Pr.: 28,93

## • Viernes 11 •

POTAJE DE VERDURAS  
SPAGUETTIS INTEGRALES CON ATÚN (3, 5)  
QUESO RALLADO (1, 2)  
PAN INTEGRAL (3)  
YOGURT DESNATADO (1)

Kcal: 629,12 H.C.: 78,86 Gr.: 24,69 Pr.: 20,34

## Lunes 14 •

PURÉ DE ZANAHORIA  
ARROZ BLANCO, SALCHICHAS Y HUEVO CON  
SALSA DE TOMATE (2)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 897,78 H.C.: 109,31 Gr.: 38,02 Pr.: 25,90

## Martes 15 •

PURÉ DE ESPINACAS  
ESTOFADO DE TERNERA (11)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 734,98 H.C.: 75,41 Gr.: 28,18 Pr.: 40,70

## Miércoles 16 •

POTAJE DE VERDURAS  
LOMOS DE ATÚN AL HORNO (5, 11)  
MOJO ROJO  
PAN (3)  
PAPAS GUISADAS (11)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 724,06 H.C.: 79,19 Gr.: 23,71 Pr.: 44,01

## • Jueves 17 •

RANCHO CANARIO DE GARBANZOS  
(3, 6, 11)  
MUSLOS DE POLLO AL HORNO (11)  
HABICHUELAS AL AJILLO  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 726,97 H.C.: 63,00 Gr.: 31,71 Pr.: 42,17

## • Viernes 18 •

PURÉ DE CALABAZA Y HABICHUELAS  
TORTILLA ESPAÑOLA (2)  
ENSALADA TROPICAL (1)  
PAN INTEGRAL (3)  
YOGURT DESNATADO (1)

Kcal: 625,71 H.C.: 76,82 Gr.: 20,10 Pr.: 33,02

## Lunes 21 •

POTAJE DE VERDURAS  
MACARRONES INTEGRALES A LA  
BOLOÑESA (3, 6, 11)  
QUESO RALLADO (1, 2)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 792,47 H.C.: 107,80 Gr.: 27,99 Pr.: 21,83

## Martes 22 •

POTAJE DE LENTEJAS  
CINTA DE LOMO AL HORNO (11)  
ENSALADA  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 637,77 H.C.: 62,02 Gr.: 21,34 Pr.: 42,68

## Miércoles 23 •

POTAJE DE BERROS  
PAELLA DE CARNE  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 645,88 H.C.: 97,32 Gr.: 14,48 Pr.: 27,33

## • Jueves 24 •

POTAJE DE JUDIAS PINTAS  
MEZLUZA AL HORNO (5, 11)  
PANACHE DE VERDURAS  
PAN (3)  
MOJO CILANTRO  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 689,23 H.C.: 65,81 Gr.: 30,99 Pr.: 32,43

## • Viernes 25 •

PURÉ DE BUBANGO  
CROQUETAS DE ATÚN (1, 2, 3, 5)  
TOMATE A LA CATALANA  
PAN INTEGRAL (3)  
YOGURT DESNATADO (1)

Kcal: 748,27 H.C.: 92,08 Gr.: 30,26 Pr.: 24,97

## Lunes 28 •

PURÉ DE CALABAZA Y ZANAHORIA  
TORTILLA ESPAÑOLA (2)  
ENSALADA MIXTA (5)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 678,95 H.C.: 84,85 Gr.: 23,74 Pr.: 27,12

## Martes 29 •

SOPA DE PESCADO (5, 7)  
POLLO DESHUESADO AL HORNO (11)  
MENESTRA DE VERDURAS  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 659,89 H.C.: 58,22 Gr.: 28,47 Pr.: 38,50

## Miércoles 30 •

PURÉ DE ACELGAS  
ABADEJO AL HORNO (5, 11)  
PAPAS ARRUGADAS  
MOJO CILANTRO  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

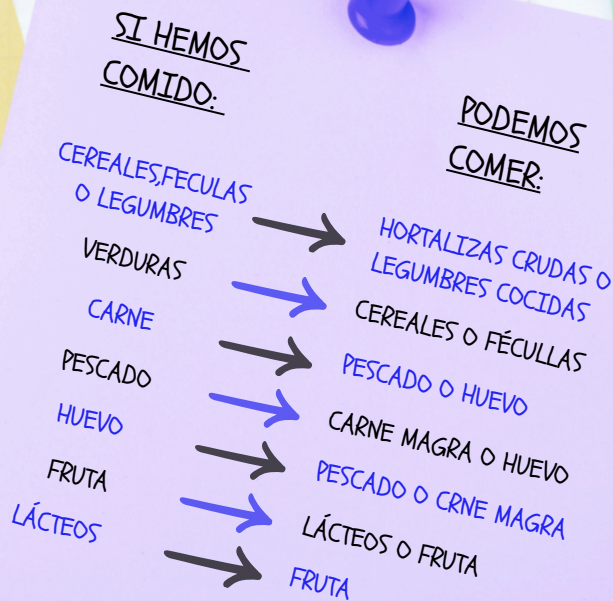
Kcal: 673,89 H.C.: 82,11 Gr.: 22,74 Pr.: 31,61

## • Jueves 31 •

LENTEJAS COMPUESTAS CON ARROZ  
BLANCO Y HUEVO DURO (2, 6)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 804,23 H.C.: 104,27 Gr.: 22,68 Pr.: 35,77

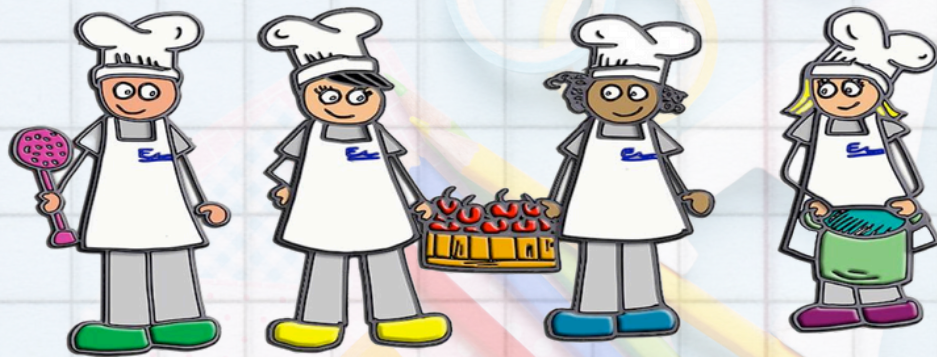
**RECOMENDACIONES PARA LA CENA:** La cena ha de complementar el resto de las ingestas del día, por lo que deberá estar compuesta por grupos de alimentos que no se hayan consumido en la comida. La cena siempre ha de ser completa pero ligera, para favorecer un descanso reparador y contribuir a la ingesta adecuada de energía. Se deberá huir de preparaciones culinarias muy calóricas (precocinados fritos, guisos grasos) y se elegirán formas de cocinado que no añadan mucha grasa: plancha, horno, etc.



**ELABORACIÓN PROPIA**  
El personal de cocina elabora menús especiales de dieta, adaptados a las necesidades particulares de cada uno, adecuando los menús específicos lo más posible a la dieta basal, que es como se denomina científicamente a la que pueden consumir aquellos que no tienen diferencias nutricionales. En el caso de alergia o intolerancias es imprescindible el certificado médico del usuario

Nota: Los números corresponden a los alérgenos que contiene el plato según el gráfico abajo indicado.

						
1	2	3	4	5	6	7
						
8	9	10	11	12	13	14





# MENÚ OCTUBRE



## • Martes 1 •

POTAJE DE VERDURAS  
CINTA DE LOMO AL HORNO (II)  
PANACHE DE VERDURAS  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 661,01 H.C.: 69,62 Gr.:23,28 Pr.:38,49

## • Miércoles 2 •

POTAJE DE JUDIAS BLANCAS  
MEZLUZA AL HORNO (S, II)  
PAPAS GUIADAS (II)  
MOJO CILANTRO  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 689,46 H.C.: 82,68 Gr.:23,42 Pr.:32,42

## • Jueves 3 •

PPURÉ DE CALABAZA Y  
ZANAHORIA  
PAELLA MIXTA  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 648,47 H.C.: 101,55 Gr.:15,20 Pr.:22,52

## • Viernes 4 •

PURÉ DE ACELGAS  
LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO S/GLUTEN (I)  
ENSALADA MIXTA (S)  
PAN SIN GLUTEN  
YOGURT DESNATADO (I)

Kcal: 715,94 H.C.: 79,76 Gr.:26,67 Pr.:36,04

## • Lunes 7 •

SOPA DE POLLO CON FIDEOS DE  
ARROZ (7)  
TORTILLA ESPAÑOLA CON JAMÓN (2)  
TOMATE A LA CATALANA  
SALSA DE TOMATE  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 702,53 H.C.: 88,74 Gr.:25,39 Pr.:26,12

## Martes 8 •

PURÉ DE CALABAZA  
ABADEJO AL HORNO (S, II)  
ENSALADA MIXTA (S)  
MOJO CILANTRO  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 649,04 H.C.: 62,04 Gr.:29,59 Pr.:29,86

## Miércoles 9 •

LENTEJAS COMPUESTAS CON ARROZ  
BLANCO Y HUEVO DURO (2, 6)  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 812,19 H.C.: 107,38 Gr.:22,88 Pr.:33,89

## • Jueves 10 •

PURÉ DE CALABACÍN  
ALBÓNDIGAS (TERNERA/CERDO) (6, II)  
PAPAS FRITAS (II)  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 786,00 H.C.: 89,06 Gr.:34,18 Pr.:27,04

## • Viernes 11 •

POTAJE DE VERDURAS  
SPAGUETTIS DE ARROZ CON ATÚN (S)  
QUESO RALLADO (I, 2)  
PAN SIN GLUTEN  
YOGURT DESNATADO (I)

Kcal: 644,58 H.C.: 90,47 Gr.:24,30 Pr.:15,20

## Lunes 14 •

PURÉ DE ZANAHORIA  
ARROZ BLANCO, SALCHICHAS Y HUEVO CON  
SALSA DE TOMATE (2)  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 905,74 H.C.: 112,43 Gr.:38,23 Pr.:24,02

## Martes 15 •

PURÉ DE ESPINACAS  
ESTOFADO DE TERNERA (II)  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 742,94 H.C.: 78,52 Gr.:28,39 Pr.:38,82

## Miércoles 16 •

POTAJE DE VERDURAS  
LOMOS DE ATÚN AL HORNO (S, II)  
PAPAS GUIADAS (II)  
MOJO ROJO  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 732,02 H.C.: 82,30 Gr.:23,92 Pr.:42,12

## • Jueves 17 •

RANCHO CANARIO DE GARBANZOS  
CON FIDEOS DE ARROZ (6, II)  
MUSLOS DE POLLO AL HORNO (II)  
HABICHUELAS AL AJILLO  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 735,03 H.C.: 67,21 Gr.:31,80 Pr.:39,64

## • Viernes 18 •

PURÉ DE CALABAZA Y HABICHUELAS  
TORTILLA ESPAÑOLA (2)  
ENSALADA TROPICAL (I)  
PAN SIN GLUTEN  
YOGURT DESNATADO (I)

Kcal: 633,67 H.C.: 79,93 Gr.:20,31 Pr.:31,14

## Lunes 21 •

POTAJE DE VERDURAS  
MACARRONES DE ARROZ A LA  
BOLOÑESA (6, II)  
QUESO RALLADO (I, 2)  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 809,44 H.C.: 121,11 Gr.:27,48 Pr.:16,05

## Martes 22 •

POTAJE DE LENTEJAS  
CINTA DE LOMO AL HORNO (II)  
ENSALADA  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 645,73 H.C.: 65,13 Gr.:21,54 Pr.:40,80

## Miércoles 23 •

POTAJE DE BERROS  
PAELLA DE CARNE  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 653,84 H.C.: 100,43 Gr.:14,69 Pr.:25,45

## • Jueves 24 •

POTAJE DE JUDIAS PINTAS  
MEZLUZA AL HORNO (S, II)  
PANACHE DE VERDURAS  
MOJO CILANTRO  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 697,19 H.C.: 68,92 Gr.:31,20 Pr.:30,54

## • Viernes 25 •

PURÉ DE BUBANGO  
CROQUETAS DE JAMÓN S/GLUTEN  
TOMATE A LA CATALANA  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 654,33 H.C.: 104,52 Gr.:16,40 Pr.:16,89

## Lunes 28 •

PURÉ DE CALABAZA Y ZANAHORIA  
TORTILLA ESPAÑOLA (2)  
ENSALADA MIXTA (S)  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 686,91 H.C.: 87,96 Gr.:23,94 Pr.:25,23

## Martes 29 •

SOPA DE PESCADO (S, 7)  
POLLO DESHUESADO AL HORNO (II)  
MENESTRA DE VERDURAS  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 667,85 H.C.: 61,33 Gr.:28,68 Pr.:36,62

## Miércoles 30 •

PURÉ DE ACELGAS  
ABADEJO AL HORNO (S, II)  
PAPAS ARRUGADAS  
MOJO CILANTRO  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

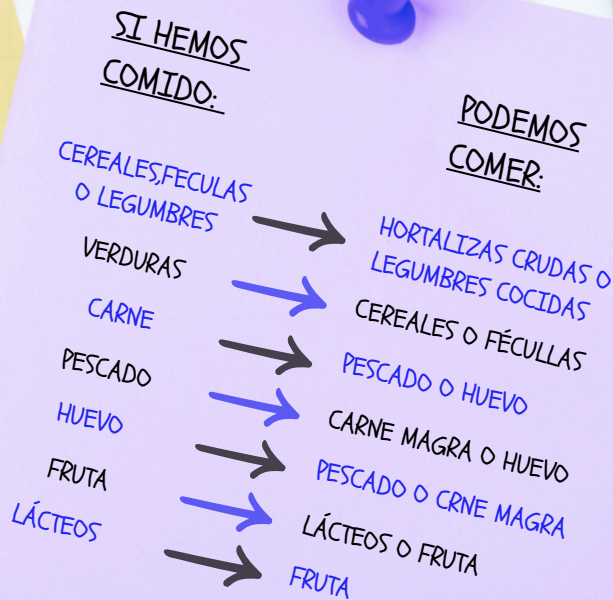
Kcal: 681,86 H.C.: 85,22 Gr.:22,95 Pr.:29,72

## • Jueves 31 •

LENTEJAS COMPUESTAS CON ARROZ  
BLANCO Y HUEVO DURO (2, 6)  
PAN SIN GLUTEN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 812,19 H.C.: 107,38 Gr.:22,88 Pr.:33,89

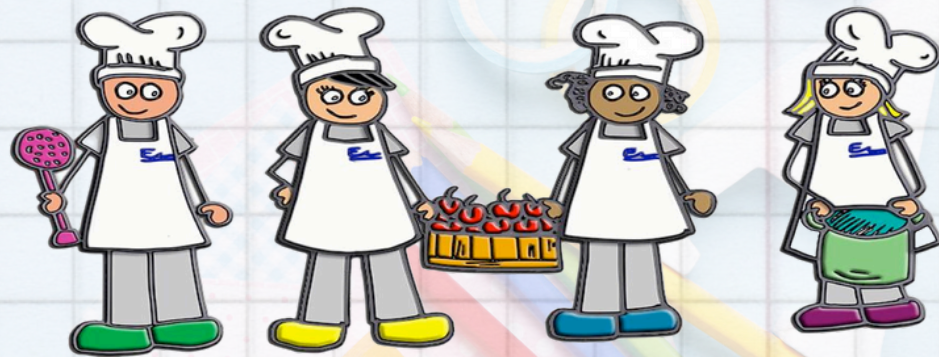
**RECOMENDACIONES PARA LA CENA:** La cena ha de complementar el resto de las ingestas del día, por lo que deberá estar compuesta por grupos de alimentos que no se hayan consumido en la comida. La cena siempre ha de ser completa pero ligera, para favorecer un descanso reparador y contribuir a la ingesta adecuada de energía. Se deberá huir de preparaciones culinarias muy calóricas (precocinados fritos, guisos grasos) y se elegirán formas de cocinado que no añadan mucha grasa: plancha, horno, etc.



**ELABORACIÓN PROPIA**  
El personal de cocina elabora menús especiales de dieta, adaptados a las necesidades particulares de cada uno, adecuando los menús específicos lo más posible a la dieta basal, que es como se denomina científicamente a la que pueden consumir aquellos que no tienen diferencias nutricionales. En el caso de alergia o intolerancias es imprescindible el certificado médico del usuario



Nota: Los números corresponden a los alérgenos que contiene el plato según el gráfico abajo indicado.





# MENÚ OCTUBRE



## • Martes 1 •

POTAJE DE VERDURAS  
CINTA DE LOMO AL HORNO (II)  
PANACHE DE VERDURAS  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 653,05 H.C.: 66,50 Gr.:23,07 Pr.:40,37

## • Miércoles 2 •

POTAJE DE JUDIAS BLANCAS  
MEZLUZA AL HORNO (S, II)  
PAPAS GUISADAS (II)  
MOJO CILANTRO  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 681,50 H.C.: 79,56 Gr.:23,21 Pr.:34,30

## • Jueves 3 •

PURÉ DE CALABAZA Y ZANAHORIA  
PAELLA MIXTA  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 640,51 H.C.: 98,44 Gr.:14,99 Pr.:24,40

## • Viernes 4 •

PURÉ DE ACELGAS  
FLAMENQUINES DE JAMÓN  
ENSALADA  
PAN INTEGRAL (3)  
GELATINA DE FRESA

Kcal: 608,61 H.C.: 78,34 Gr.:19,0986 Pr.:27,21

## • Lunes 7 •

SOPA DE POLLO (3, 7)  
TORTILLA DE GARBANZOS (II)  
TOMATE A LA CATALANA  
SALSA DE TOMATE  
PAN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 697,51 H.C.: 103,83 Gr.:16,91 Pr.:24,68

## • Martes 8 •

PURÉ DE CALABAZA  
ABADEJO AL HORNO (S, II)  
ENSALADA MIXTA (S)  
PAN (3)  
MOJO CILANTRO  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 649,04 H.C.: 62,04 Gr.:29,59 Pr.:29,86

## • Miércoles 9 •

LENTEJAS COMPUESTAS CON ARROZ  
BLANCO (6)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 709,03 H.C.: 102,73 Gr.:16,8 Pr.:27,02

## • Jueves 10 •

PURÉ DE CALABACÍN  
ALBÓNDIGAS (TERNERA/CERDO) (6, II)  
PAPAS FRITAS (II)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 778,03 H.C.: 85,95 Gr.:33,97 Pr.:28,93

## • Viernes 11 •

POTAJE DE VERDURAS  
SPAGUETTIS INTEGRALES CON ATÚN (3, S)  
PAN INTEGRAL (3)  
GELATINA DE FRESA

Kcal: 652,75 H.C.: 82,46 Gr.:25,97 Pr.:17,99

## • Lunes 14 •

PURÉ DE ZANAHORIA  
ARROZ BLANCO, SALCHICHAS Y PAPAS  
FRITAS CON SALSA DE TOMATE (II)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 824,08 H.C.: 126,17 Gr.:26,04 Pr.:17,25

## • Martes 15 •

PURÉ DE ESPINACAS  
ESTOFADO DE TERNERA (II)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 734,98 H.C.: 75,41 Gr.:28,18 Pr.:40,70

## • Miércoles 16 •

POTAJE DE VERDURAS  
LOMOS DE ATÚN AL HORNO (S, II)  
MOJO ROJO  
PAN (3)  
PAPAS GUISADAS (II)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 724,06 H.C.: 79,19 Gr.:23,71 Pr.:44,01

## • Jueves 17 •

RANCHO CANARIO DE GARBANZOS  
(3, 6, II)  
MUSLOS DE POLLO AL HORNO (II)  
HABICHUELAS AL AJILLO  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 726,97 H.C.: 63,00 Gr.:31,71 Pr.:42,17

## • Viernes 18 •

PURÉ DE CALABAZA Y HABICHUELAS  
TORTILLA DE GARBANZOS (II)  
ENSALADA  
PAN INTEGRAL (3)  
GELATINA DE FRESA

Kcal: 616,02 H.C.: 92,52 Gr.:13,69 Pr.:23,35

## • Lunes 21 •

POTAJE DE VERDURAS  
MACARRONES INTEGRALES A LA  
BOLOÑESA (3, 6, II)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 751,03 H.C.: 102,84 Gr.:25,91 Pr.:20,71

## • Martes 22 •

POTAJE DE LENTEJAS  
CINTA DE LOMO AL HORNO (II)  
ENSALADA  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 637,77 H.C.: 62,02 Gr.:21,34 Pr.:42,68

## • Miércoles 23 •

POTAJE DE BERROS  
PAELLA DE CARNE  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 645,88 H.C.: 97,32 Gr.:14,48 Pr.:27,33

## • Jueves 24 •

POTAJE DE JUDIAS PINTAS  
MEZLUZA AL HORNO (S, II)  
PANACHE DE VERDURAS  
PAN (3)  
MOJO CILANTRO  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 689,23 H.C.: 65,81 Gr.:30,99 Pr.:32,43

## • Viernes 25 •

PURÉ DE BUBANGO  
CROQUETS DE JAMÓN S/GLUTEN  
TOMATE A LA CATALANA  
PAN INTEGRAL (3)  
GELATINA DE FRESA

Kcal: 594,15 H.C.: 89,09 Gr.:16,10 Pr.:19,50

## • Lunes 28 •

PURÉ DE CALABAZA Y ZANAHORIA  
TORTILLA DE GARBANZOS (II)  
ENSALADA MIXTA (S)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 695,39 H.C.: 104,22 Gr.:15,74 Pr.:25,55

## • Martes 29 •

SOPA DE PESCADO (S, 7)  
POLLO DESHUESADO AL HORNO (II)  
MENESTRA DE VERDURAS  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 659,89 H.C.: 58,22 Gr.:28,47 Pr.:38,50

## • Miércoles 30 •

PURÉ DE ACELGAS  
ABADEJO AL HORNO (S, II)  
PAPAS ARRUGADAS  
MOJO CILANTRO  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 681,86 H.C.: 85,22 Gr.:22,95 Pr.:29,72

## • Jueves 31 •

LENTEJAS COMPUESTAS CON ARROZ  
BLANCO (6)  
PAN (3)  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal: 709,03 H.C.: 102,73 Gr.:16,80 Pr.:27,02

**RECOMENDACIONES PARA LA CENA:** La cena ha de complementar el resto de las ingestas del día, por lo que deberá estar compuesta por grupos de alimentos que no se hayan consumido en la comida. La cena siempre ha de ser completa pero ligera, para favorecer un descanso reparador y contribuir a la ingesta adecuada de energía. Se deberá huir de preparaciones culinarias muy calóricas (precocinados fritos, guisos grasos) y se elegirán formas de cocinado que no añadan mucha grasa: plancha, horno, etc.

SI HEMOS COMIDO:



PODEMOS COMER:

**ELABORACIÓN PROPIA**  
El personal de cocina elabora menús especiales de dieta, adaptados a las necesidades particulares de cada uno, adecuando los menús específicos lo más posible a la dieta basal, que es como se denomina científicamente a la que pueden consumir aquellos que no tienen diferencias nutricionales. En el caso de alergia o intolerancias es imprescindible el certificado médico del usuario

Nota: Los números corresponden a los alérgenos que contiene el plato según el gráfico abajo indicado.

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14

