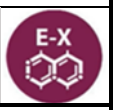
INFORMACIÓN ALÉRGENOS

Menú de **MAYO 2026**

Colegio Montserrat BES

Día	1º y 2º PLATO	GLÚTEN	HUEVO	LÁCTEOS	PESCADOS	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	FRUTOS CÁSCARA	CACAHUETE	SOJA	APIO	ALTRAMUCES	SÉSAMO	MOSTAZA	SULFITOS
4	MACARRONES integrales A LA CARBONARA	■	■	■						■				■	
	ENSALADA MIXTA CON HUEVO Y ATUN		■		■										■
5	ARROZ CON TOMATE									■					
	PALOMETA A LA PLANCHA				■										
	VERDURAS REHOGADAS														
6	LENTEJAS ecológicas CON ZANAHORIAS														
	BURGUER VEGETAL									■					
	RODAJAS DE TOMATE														
7	CREMA DE CALABACÍN														■
	FILETES DE POLLO A LA PLANCHA														
	RÚCULA, ESPINACAS, CANÓNIGOS, LECHUGA														■
8	JUDIAS PINTAS CON CALABAZA														
	SUPREMAS DE BACALAO AL HORNO				■										
	LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS														■
11	ARROZ BLANCO														
	ALBONDIGAS DE POLLO EN SALSAL														
	CHAMPIÑONES														■
12	CREMA DE CALABAZA														■
	HUEVOS RVUELTOS CON ESPÁRRAGOS		■												
	ENSALADA DE LECHUGA														■
13	SOPA integral DE COCIDO	■	■							■				■	
	GARBANZOS ecológicos CON TERNERA														
	ENSALADA														■
14	JUDIAS VERDES CON TOMATE									■					
	MERLUZA REBOZADA	■			■	■	■								
	ENSALADA VARIADA														■
18	PAELLA VALENCIANA				■	■	■								■
	HUEVOS COCIDOS		■												
	ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO				■	■	■								■

19	PASTA CON TOMATE																
	BACALAO A LA VIZCAINA																
20	JUDIAS PINTAS CON ARROZ integral																
	LOMO A LA PLANCHA																
	ENSALADA VARIADA																
21	ESPINACAS REHOGADAS																
	POTAJE DE GARBANZOS ecológicos																
	LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ																
22	PURÉ DE VERDURAS																
	PASTEL DE CARNE CON BECHAMEL																
	ENSALADA																
25	LENTEJAS ecológicas A LA RIOJANA																
	HUEVOS REVUELTOS CON BACON																
	RODAJAS DE TOMATE																
26	CREMA DE CALABAZA																
	MERZLUZA A LA ROMANA																
	ENSALADA																
27	GUISANTES REHOGADOS																
	CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO																
	LECHUGA, TOMATE Y MAIZ																
28	PASTA integral A LA CARBONARA																
	ENSALADA MIXTA CON HUEVO Y ATÚN																
29	ARROZ BLANCO																
	BURGER VEGETAL																
	QUINOA CON SOJA, MAÍZ, ZANAHORIA																
PAN, FRUTA y LECHE															
	PAN																
	PAN INTEGRAL																
	LECHE																
	FRUTA DE TEMPORADA																
	YOGURT																

MAYO 2026

	Contiene el Alérgeno
	Puede contener el Alérgeno
	No contiene el Alérgeno