



MENÚ

YAGO SCHOOL ENERO 2022

INTOLERANCIA A LA LACTOSA Y GLUTEN

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

11

12

13

14

Pasta sin gluten salteada al ajillo con setas de campo y tomillo
Jurel en salsa
Judías salteadas
Yogur de soja
Pan sin gluten

Arroz con tomate
Tortilla de patatas y cebolla
Tomate asado con orégano
Fruta fresca
Pan sin gluten

Guisantes salteados
Pollo en salsa
Patatas dado
Yogur de soja
Pan sin gluten

Crema de verduras
Merluza al horno
Ensalada de mar
Fruta fresca
Pan sin gluten

Consomé de ave
Filete de lomo a la plancha
Ensalada mixta
Yogur de soja
Pan sin gluten

17

18

19

20

21

Wok de pasta sin gluten con verduras
Salmon al eneldo
Panaché de verduras
Yogur de soja
Pan sin gluten

Alubias pintas con patatas
Lomo al horno
Ensalada variada
Fruta fresca
Pan sin gluten

Paella mixta
Filete de pollo especiado
Patatas fritas
Yogur de soja
Pan sin gluten

Crema de calabacín con aroma de hinojo
Bacalao al horno
Pisto
Fruta fresca
Pan sin gluten

Guiso de patatas con carne
Tortilla francesa
Ensalada
Yogur de soja
Pan sin gluten

24

25

26

27

28

Pasta sin gluten con pesto de espinacas y tomate seco
Atún al horno
Salteado de verduras
Yogur de soja
Pan sin gluten

Crema de calabaza
Filete de pollo a la plancha
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan sin gluten

Arroz con tomate
Lomo al horno
Champiñones salteados con ajo y perejil
Yogur de soja
Pan sin gluten

Crema de zanahoria
Fogonero al horno
Patatas panaderas al horno
Fruta fresca
Pan sin gluten

Garbanzos estofados
Tortilla de patata
Tomate aliñado
Yogur de soja
Pan sin gluten

31

Pasta sin gluten pomodoro
Pollo a la plancha
Aliño de zanahoria
Yogur de soja
Pan sin gluten

***Este menú puede sufrir modificaciones si se detecta en la revisión diaria que alguno de los ingredientes contiene algún alimento no permitido para la dieta**



MENÚ

YAGO SCHOOL ENERO 2022

INTOLERANCIA A LA LACTOSA Y PLV

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

Macarrones salteados al ajillo con setas de campo y tomillo
Jurel en salsa
Judías salteadas
Yogur de soja
Pan integral

11

Arroz con tomate
Tortilla de patatas y cebolla
Tomate asado con orégano
Fruta fresca
Pan blanco

12

Lentejas estofadas
Pollo en salsa
Patatas dado
Yogur de soja
Pan blanco

13

Crema de verduras
Merluza al horno
Ensalada de mar
Fruta fresca
Pan blanco

14

Sopa de estrellitas
Filete de lomo a la plancha
Ensalada mixta
Yogur de soja
Pan blanco

17

Wok de pasta con verduras
Salmon al eneldo
Panaché de verduras
Yogur de soja
Pan integral

18

Alubias pintas con patatas
Lomo al horno
Ensalada variada
Fruta fresca
Pan blanco

19

Paella mixta
Filete de pollo especiado
Patatas fritas
Yogur de soja
Pan blanco

20

Crema de calabacín con aroma de hinojo
Bacalao al horno
Pisto
Fruta fresca
Pan blanco

21

Guiso de patatas con carne
Tortilla francesa
Ensalada
Yogur de soja
Pan blanco

24

Coditos con pesto de espinacas y tomate seco
Atún al horno
Salteado de verduras
Yogur de soja
Pan integral

25

Crema de calabaza
Filete de pollo a la plancha
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco

26

Arroz con tomate
Lomo al horno
Champiñones salteados con ajo y perejil
Yogur de soja
Pan blanco

27

Crema de zanahoria
Fogonero al horno
Patatas panaderas al horno
Fruta fresca
Pan blanco

28

Garbanzos estofados
Tortilla de patata
Tomate aliñado
Yogur de soja
Pan blanco

31

Espirales pomodoro
Pollo a la plancha
Aliño de zanahoria
Yogur de soja
Pan integral

***Este menú puede sufrir modificaciones si se detecta en la revisión diaria que alguno de los ingredientes contiene algún alimento no permitido para la dieta**



MENÚ

YAGO SCHOOL ENERO 2022

SIN FRUTOS SECOS Y LACTOSA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

Macarrones salteados al ajillo con setas de campo y tomillo
Jurel en salsa
Judías salteadas
Yogur de soja
Pan integral

11

Arroz con tomate
Tortilla de patatas y cebolla
Tomate asado con orégano
Fruta fresca
Pan blanco

12

Lentejas estofadas
Pollo en salsa
Patatas dado
Yogur de soja
Pan blanco

13

Crema de verduras
Merluza al horno
Ensalada de mar
Fruta fresca
Pan blanco

14

Sopa de estrellitas
Filete de lomo a la plancha
Ensalada mixta
Yogur de soja
Pan blanco

17

Wok de pasta con verduras
Salmon al eneldo
Panaché de verduras
Yogur de soja
Pan integral

18

Alubias pintas con patatas
Lomo al horno
Ensalada variada
Fruta fresca
Pan blanco

19

Paella mixta
Filete de pollo especiado
Patatas fritas
Yogur de soja
Pan blanco

20

Crema de calabacín con aroma de hinojo
Bacalao al horno
Pisto
Fruta fresca
Pan blanco

21

Guiso de patatas con carne
Tortilla francesa
Ensalada
Yogur de soja
Pan blanco

24

Coditos con pesto de espinacas y tomate seco
Atún al horno
Salteado de verduras
Yogur de soja
Pan integral

25

Crema de calabaza
Filete de pollo a la plancha
Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Fruta fresca
Pan blanco

26

Arroz con tomate
Lomo al horno
Champiñones salteados con ajo y perejil
Yogur de soja
Pan blanco

27

Crema de zanahoria
Fogonero al horno
Patatas panaderas al horno
Fruta fresca
Pan blanco

28

Garbanzos estofados
Tortilla de patata
Tomate aliñado
Yogur de soja
Pan blanco

31

Espirales pomodoro
Pollo a la plancha
Aliño de zanahoria
Yogur de soja
Pan integral

***Este menú puede sufrir modificaciones si se detecta en la revisión diaria que alguno de los ingredientes contiene algún alimento no permitido para la dieta**