

# MENU MARZO 17

ALERGIA PESCADO / FISH ALLERGY		1	2	3
6	7	8	9	10
Puré de calabacín / Courgette puree Albóndigas en salsa con verduras / Meatballs in sauce with vegetables Flan / Custard	Paella pollo / Chicken paella Tortilla patata con ensalada / Potato Omelette with salad Fruta, leche / fruit, milk	Garbanzos guisados / Chickpeas stew Pollo con ensalada / Chicken breast with salad Fruta, leche / fruit, milk	Verduras rehogadas ó puree / Sautéed vegetables or puree Lacón asado con patatas panadera / Baked Smoked ham with baked potatoes Fruta, leche / fruit, milk	Judías blancas estofadas / Stewed Beans Filete con ensalada / Grilled fillet with salad Fruta, leche / fruit, milk
13	14	15	16	17
Lentejas Guisadas con chorizo / Lentils Stew with "chorizo" Tortilla con ensalada / omelette with salad Yogurt / Yoghurt	Judías verdes salteadas / Sautéed green beans Dados de magro con cous cous / Pork ragout stew with cous cous Fruta, leche / fruit, milk	Macarrones carbonara / Macaroni carbonara Lomo con ensalada / Baked pork loin hake with salad Fruta, leche / fruit, milk	Patatas guisadas con pollo / Chicken potato stew Filete de pollo con ensalada / Grilled chicken breast with salad Fruta, leche / fruit, milk	FIESTA
20	21	22	23	24
FIESTA	Tallarines con tomate y york / Spagetti with ham in tomato sauce Salchichas con ensalada / Baked sausages with salad Yogurt, Pan / Yoghurt, bread	Crema de espinacas / Spinach cream Ragout de pavo con patata dado / Turkey stew with potatoes Fruta, leche / fruit, milk	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete con ensalada / Grilled fillet with salad Fruta, leche / fruit, milk	Sopa de picadillo / ham and chicken soup Lomo sajonia con ensalada / Sajonia ham with salad Fruta, leche / fruit, milk
27	28	29	30	31
Lentejas con patata y zanahoria / Lentils stew with vegetables York al horno con pisto / Baked York with ratatouille Yogurt / Yoghurt	Crema de calabaza / Pumpkin Cream Ternera Estofada con verdura y patata / Veal stew with vegetables and potato Fruta, leche / fruit, milk	Fideuá de pollo / Chicken fideua Lomo con ensalada / Baked pork loin with salad Fruta, leche / fruit, milk	Patatas con costillas / Potato stew with cutlets Huevos con bechamel / Boiled eggs with bechamel Fruta, leche / fruit, milk	Verduras rehogadas ó puree / Sautéed vegetables or puree Pollo en salsa con arroz / Chicken stew with rice Fruta, leche / fruit, milk

ALERGIA HUEVO / EGG ALLERGY		1	2	3
6	7	8	9	10
Puré de calabacín / Courgette puree Albóndigas caseras en salsa con verduras / Meatballs in sauce with vegetables Postre apto / Suitable dessert	Paella pollo / Chicken paella Rosti con ensalada / Courgette rosti with salad Fruta, leche / fruit, milk	Garbanzos guisados / Chickpeas stew Bacalao horno con cebolla y pimiento / Baked Cod with baked vegetables Fruta, leche / fruit, milk	Verduras rehogadas ó puree / Sautéed vegetables or puree Lacón asado con patatas panadera / Baked Smoked ham with baked potatoes Fruta, leche / fruit, milk	Judías blancas estofadas / Stewed Beans Merluza al limon con ensalada / Baked hake in lemon sauce Fruta, leche / fruit, milk
13	14	15	16	17
Lentejas Guisadas con chorizo / Lentils Stew with "chorizo" Rosti con ensalada / Rosti with salad Yogurt / Yoghurt	Judías verdes salteadas / Sautéed green beans Dados de magro con arroz / Pork ragout stew with rice Fruta, leche / fruit, milk	Macarrones sin huevo con tomate / Macaroni in tomato sauce Ventresca de merluza con ensalada / Baked belly hake with salad Fruta, leche / fruit, milk	Patatas guisadas con calamares / Squid potato stew Filete de pollo con ensalada / Grilled chicken breast with salad Fruta, leche / fruit, milk	FIESTA
20	21	22	23	24
FIESTA	Tallarines sin huevo con tomate y york / Spagetti with ham in tomato sauce Abadejo en salsa con ensalada / Baked cod with salad Yogurt, Pan / Yoghurt, bread	Crema de espinacas / Spinach cream Ragout de pavo con patata dado / Turkey stew with potatoes Fruta, leche / fruit, milk	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Fte. de pescadilla con ensalada / Baked hake with salad Fruta, leche / fruit, milk	Sopa de picadillo sin huevo / ham and chicken soup Lomo sajonia con ensalada / Sajonia ham with salad Fruta, leche / fruit, milk
27	28	29	30	31
Lentejas con patata y zanahoria / Lentils stew with vegetables Merluza al horno con pisto / Baked hake with ratatouille Yogurt / Yoghurt	Crema de calabaza / Pumpkin Cream Ternera Estofada con verdura y patata / Veal stew with vegetables and potato Fruta, leche / fruit, milk	Arroz con pollo / Chicken paella Dados de cazón en salsa / Baked dogfish in sauce Fruta, leche / fruit, milk	Patatas con costillas / Potato stew with cutlets Rosti pavo con ensalada / Turkey rosti with salad Fruta, leche / fruit, milk	Verduras rehogadas ó puree / Sautéed vegetables or puree Pollo en salsa con arroz / Chicken stew with rice Fruta, leche / fruit, milk

ALERGIA LECHE / MILK ALLERGY		1	2	3
6	7	8	9	10
Puré de calabacín / Courgette puree Albóndigas caseras en salsa con verduras / Meatballs in sauce with vegetables Postre apto / Suitable dessert	Paella pollo / Chicken paella Tortilla patata con ensalada / Potato Omelette with salad Fruta / fruit	Garbanzos guisados / Chickpeas stew Bacalao horno con cebolla y pimiento / Baked Cod with baked vegetables Fruta / fruit	Verduras rehogadas ó puree / Sautéed vegetables or puree York asado con patatas panadera / Baked ham with baked potatoes Fruta / fruit	Judías blancas estofadas / Stewed Beans Merluza al limon con ensalada / Baked hake in lemon sauce Fruta / fruit
13	14	15	16	17
Lentejas Guisadas con chorizo / Lentils Stew with "chorizo" Tortilla de atun con ensalada / Tuna omelette with salad Postre apto / Suitable dessert	Judías verdes salteadas / Sautéed green beans Dados de magro con cous cous / Pork ragout stew with cous cous Fruta / fruit	Macarrones con tomate / Macaroni in tomato sauce Ventresca de merluza con ensalada / Baked belly hake with salad Fruta / fruit	Patatas guisadas con calamares / Squid potato stew Filete de pollo con ensalada / Grilled chicken breast with salad Fruta / fruit	FIESTA
20	21	22	23	24
FIESTA	Tallarines con tomate y york / Spagetti with ham in tomato sauce Abadejo en salsa con ensalada / Baked cod with salad Yogurt, Pan / Yoghurt, bread	Crema de espinacas sin leche / Spinach cream Ragout de pavo con patata dado / Turkey stew with potatoes Fruta / fruit	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Fte. de pescadilla con ensalada / Baked hake with salad Fruta / fruit	Sopa de picadillo / ham and chicken soup Jamón plancha con ensalada / ham with salad Fruta / fruit
27	28	29	30	31
Lentejas con patata y zanahoria / Lentils stew with vegetables Merluza al horno con pisto / Baked hake with ratatouille Postre apto / Suitable dessert	Crema de calabaza / Pumpkin Cream Ternera Estofada con verdura y patata / Veal stew with vegetables and potato Fruta / fruit	Fideuá de pollo / Chicken fideua Dados de cazón en salsa / Baked dogfish in sauce Fruta / fruit	Patatas con costillas / Potato stew with cutlets Huevos con tomate / Boiled eggs with tomato sauce Fruta / fruit	Verduras rehogadas ó puree / Sautéed vegetables or puree Pollo en salsa con arroz / Chicken stew with rice Fruta / fruit

ALERGIA LEGUMBRE / LEGUME ALLERGY		1	2	3
6	7	8	9	10
Puré de calabacín / Courgette puree Albóndigas en salsa con verduras / Meatballs in sauce with vegetables Flan / Custard	Paella pollo / Chicken paella Tortilla patata con ensalada / Potato Omelette with salad Fruta, leche / fruit, milk	Verdura rehogada / Sautéed vegetables Bacalao horno con cebolla y pimiento / Baked Cod with baked vegetables Fruta, leche / fruit, milk	Buñuelos de coliflor / Battered cauliflower Lacón asado con patatas panadera / Baked Smoked ham with baked potatoes Fruta, leche / fruit, milk	Arroz con champiñon / Rice with mushrooms Limanda empanada con ensalada / Baked limanda with salad Fruta, leche / fruit, milk
13	14	15	16	17
Arroz blanco / Boiled rice Tortilla de atun con ensalada / Tuna omelette with salad Yogurt / Yoghurt	Verdura salteada / Sautéed vegetables Dados de magro con cous cous / Pork ragout stew with cous cous Fruta, leche / fruit, milk	Macarrones carbonara / Macaroni carbonara Ventresca de merluza con ensalada / Baked belly hake with salad Fruta, leche / fruit, milk	Patatas guisadas con calamares / Squid potato stew Filete de pollo con ensalada / Grilled chicken breast with salad Fruta, leche / fruit, milk	FIESTA
20	21	22	23	24
FIESTA	Tallarines con tomate y york / Spagetti with ham in tomato sauce Abadejo en salsa con ensalada / Baked cod with salad Yogurt, Pan / Yoghurt, bread	Crema de espinacas / Spinach cream Ragout de pavo con patata dado / Turkey stew with potatoes Fruta, leche / fruit, milk	Sopa de arroz / Rice soup Fte. de pescadilla con ensalada / Baked hake with salad Fruta, leche / fruit, milk	Sopa de picadillo / ham and chicken soup Cocido sin Garbanzos, Ternera, pollo, patata zanahoria / meat and vegetables stew Fruta, leche / fruit, milk
27	28	29	30	31
Verdura rehogada ó puré / Sautéed vegetables Merluza al horno con pisto / Baked hake with ratatouille Yogurt / Yoghurt	Crema de calabaza / Pumpkin Cream Ternera Estofada con verdura y patata / Veal stew with vegetables and potato Fruta, leche / fruit, milk	Fideuá de pollo / Chicken fideua Dados de cazón en salsa / Baked dogfish in sauce Fruta, leche / fruit, milk	Patatas con costillas / Potato stew with cutlets Huevos con bechamel / Boiled eggs with bechamel Fruta, leche / fruit, milk	Brócoli rebozado / Battered broccoli Pollo en salsa con arroz / Chicken stew with rice Fruta, leche / fruit, milk

La sopa de cocido se elaborara con caldo realizado con carne y pollo aparte, sin contacto con garbanzos

# MENUS COMEDOR PARA EL MES

## MARZO 2017

CELIACOS / CELIAC PEOPLE		1	2	3
		Puré de verdura / <i>Vegetables Puree</i> Pollo con patata panadera / <i>Grilled Chicken with baked potatoes</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Judías verdes rehogadas / <i>Sauted green beans</i> Lomo plancha con ensalada / <i>Grilled pork loin with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Arroz con champi�on / <i>Rice with mushrooms</i> Limanda hornea con ensalada / <i>Baked limanda with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>
6	7	8	9	10
Pur� de calabacín / <i>Courgette puree</i> Albóndigas en salsa con verduras / <i>Meatballs in sauce with vegetables</i> Flan / <i>Custard</i>	Paella pollo / <i>Chicken paella</i> Tortilla patata con ensalada / <i>Potato Omelette with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Garbanzos guisados / <i>Chickpeas stew</i> Bacalao horno con cebolla y pimiento / <i>Baked Cod with baked vegetables</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Verduras rehogadas � pure / <i>Sauted vegetables or puree</i> Lacón asado con patatas panadera / <i>Baked Smoked ham with baked potatoes</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Judías blancas estofadas / <i>Stewed Beans</i> Merluza al limon con ensalada / <i>Baked hake in lemon sauce</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>
13	14	15	16	17
Lentejas Guisadas con chorizo / <i>Lentils Stew with "chorizo"</i> Tortilla de atun con ensalada / <i>Tuna omelette with salad</i> Yogurt / <i>Yoghurt</i>	Judías verdes salteadas / <i>Sauted green beans</i> Dados de magro con arroz / <i>Pork ragout stew with rice</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Macarrones sin gluten con tomate / <i>Macaroni in tomato sauce</i> Ventresca de merluza con ensalada / <i>Baked belly hake with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Patatas guisadas con calamares / <i>Squid potato stew</i> Filete de pollo con ensalada / <i>Grilled chicken breast with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	FIESTA
20	21	22	23	24
FIESTA	Tallarines sin gluten con tomate y york / <i>Spagetti with ham in tomato sauce</i> Abadejo en salsa con ensalada / <i>Baked cod with salad</i> Yogurt, Pan / <i>Yoghurt, bread</i>	Crema de espinacas / <i>Spinach cream</i> Ragout de pavo con patata dado / <i>Turkey stew with potatoes</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Judías pintas con arroz / <i>Pinto beans with rice</i> Fie. de pescadilla con ensalada / <i>Baked hake with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Sopa de picadillo sin gluten / <i>ham and chicken soup</i> Lomo sajonia con ensalada / <i>Sajonia ham with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>
27	28	29	30	31
Lentejas con patata y zanahoria / <i>Lentils stew with vegetables</i> Merluza al horno con pisto / <i>Baked hake with ratatouille</i> Yogurt / <i>Yoghurt</i>	Crema de calabaza / <i>Pumpkin Cream</i> Ternera Estofada con verdura y patata / <i>Veal stew with vegetables and potato</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Arroz con pollo / <i>Chicken paella</i> Dados de cazón en salsa / <i>Baked dogfish in sauce</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Patatas con costillas / <i>Potato stew with cutlets</i> Huevos con tomate / <i>Boiled eggs with tomato</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Verduras rehogadas � pure / <i>Sauted vegetables or puree</i> Pollo en salsa con arroz / <i>Chicken stew with rice</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>

Los menús son aptos para celiacos ya que todos se elaboran con productos sin gluten

FRUTO SECO/NUTTY ALLERGY		1	2	3
		Pur� de verdura / <i>Vegetables Puree</i> Pollo con patata panadera / <i>Grilled Chicken with baked potatoes</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Judías verdes rehogadas / <i>Sauted green beans</i> Lomo plancha con ensalada / <i>Grilled pork loin with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Arroz con champi�on / <i>Rice with mushrooms</i> Limanda empanada con ensalada / <i>Breaded limanda with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>
6	7	8	9	10
Pur� de calabacín / <i>Courgette puree</i> Albóndigas en salsa con verduras / <i>Meatballs in sauce with vegetables</i> Flan / <i>Custard</i>	Paella pollo / <i>Chicken paella</i> Tortilla patata con ensalada / <i>Potato Omelette with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Garbanzos guisados / <i>Chickpeas stew</i> Bacalao horno con cebolla y pimiento / <i>Baked Cod with baked vegetables</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Verduras rehogadas � pure / <i>Sauted vegetables or puree</i> Lacón asado con patatas panadera / <i>Baked Smoked ham with baked potatoes</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Judías blancas estofadas / <i>Stewed Beans</i> Merluza al limon con ensalada / <i>Baked hake in lemon sauce</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>
13	14	15	16	17
Lentejas Guisadas con chorizo / <i>Lentils Stew with "chorizo"</i> Tortilla de atun con ensalada / <i>Tuna omelette with salad</i> Yogurt / <i>Yoghurt</i>	Judías verdes salteadas / <i>Sauted green beans</i> Dados de magro con cous cous / <i>Pork ragout stew with cous cous</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Macarrones carbonara / <i>Macaroni carbonara</i> Ventresca de merluza con ensalada / <i>Baked belly hake with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Patatas guisadas con calamares / <i>Squid potato stew</i> Filete de pollo con ensalada / <i>Grilled chicken breast with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	FIESTA
20	21	22	23	24
FIESTA	Tallarines con tomate y york / <i>Spagetti with ham in tomato sauce</i> Abadejo en salsa con ensalada / <i>Baked cod with salad</i> Yogurt, Pan / <i>Yoghurt, bread</i>	Crema de espinacas / <i>Spinach cream</i> Ragout de pavo con patata dado / <i>Turkey stew with potatoes</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Judías pintas con arroz / <i>Pinto beans with rice</i> Fie. de pescadilla con ensalada / <i>Baked hake with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Sopa de picadillo / <i>ham and chicken soup</i> Lomo sajonia con ensalada / <i>Sajonia ham with salad</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>
27	28	29	30	31
Lentejas con patata y zanahoria / <i>Lentils stew with vegetables</i> Merluza al horno con pisto / <i>Baked hake with ratatouille</i> Yogurt / <i>Yoghurt</i>	Crema de calabaza / <i>Pumpkin Cream</i> Ternera Estofada con verdura y patata / <i>Veal stew with vegetables and potato</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Fideu� de pollo / <i>Chicken fideua</i> Dados de cazón en salsa / <i>Baked dogfish in sauce</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Patatas con costillas / <i>Potato stew with cutlets</i> Huevos con bechamel / <i>Boiled eggs with bechamel</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>	Verduras rehogadas � pure / <i>Sauted vegetables or puree</i> Pollo en salsa con arroz / <i>Chicken stew with rice</i> Fruta, leche / <i>fruit, milk</i>



# CUTASA

## ALIMENTAMOS BIEN

Avda. Montes de Oca, 19 nave - 24  
28703 San Sebastián de los Reyes (Madrid)  
Tel: 91 659 22 70