

ARCÁNGEL: MENÚ - MULTIALERGIAS SEPTIEMBRE 2026 (Apto para alérgicos: gluten, cacahuete, soja, lácteo, f.secos, mostaza, sésamo, altramuz)



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
14	1	2	3	4
7	8	9	10 (G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla) (G) MERLUZA RIOJANA (tomate, pimienta, cebolla, aceite, ajos) (G) PATATAS FRITAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 561,10 Prot: 17,55g Hidrat: 65,16g Grasas: 25,35g Sat: 3,12g Azúc: 18,87g Sal: 1,30g	11 (G) CREMA JUDÍA BLANCA Y CALABAZA (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) COMPOTA DE FRUTA (plátano, pera, manzana) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 538,80 Prot: 13,80g Hidrat: 72,20g Grasas: 20,27g Sat: 3,14g Azúc: 12,20g Sal: 1,80g
14 (G) ARROZ CON TOMATE FRITO (C) HUEVO DURO (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 448,87 Prot: 12,86g Hidrat: 59,29g Grasas: 18,87g Sat: 3,34g Azúc: 7,46g Sal: 0,80g	15 (G) COCIDO CON VERDURAS SIN CARNE (garbanzo, j.verde, patata, puerro) (G) POLLO AL HORNO EN SALSA (aceite, ajo, laurel, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 390,39 Prot: 14,95g Hidrat: 58,98g Grasas: 10,67g Sat: 1,29g Azúc: 6,54g Sal: 1,67g	16 (G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano) (G) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 505,51 Prot: 12,23g Hidrat: 63,98g Grasas: 23,59g Sat: 3,44g Azúc: 10,83g Sal: 2,44g	17 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j, secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) MERLUZA HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 450,60 Prot: 19,06g Hidrat: 56,36g Grasas: 15,07g Sat: 2,08g Azúc: 12,16g Sal: 0,86g	18 (G) CREMA DE BRÓCOLI (G) POLLO CON MANZANA (manzana, cebolla...) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) COMPOTA DE FRUTA (plátano, pera, manzana) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 512,54 Prot: 22,24g Hidrat: 62,84g Grasas: 19,48g Sat: 3,07g Azúc: 8,61g Sal: 1,40g
21 (G) GUIZO DE MERLUZA (patata, cebolla, pimienta, laurel, tomate) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 435,41 Prot: 17,57g Hidrat: 47,10g Grasas: 25,92g Sat: 7,21g Azúc: 6,84g Sal: 0,71g	22 (G) SOPA DE FIDEOS SIN GLUTEN C/POLLO (apio, puerro, zanahoria) (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 423,20 Prot: 10,42g Hidrat: 58,20g Grasas: 15,40g Sat: 2,66g Azúc: 6,61g Sal: 2,21g	23 (G) MACARRONES SIN GLUTEN CON ATÚN Y TOMATE (G) ABADEJO EN SALSA VERDE (perejil, aceite, ajo) (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 475,74 Prot: 20,17g Hidrat: 66,23g Grasas: 14,74g Sat: 2,65g Azúc: 8,68g Sal: 1,45g	24 (G) CREMA DE CALABACÍN (patata, cebolla, aceite) (G) POLLO AL HORNO EN SALSA (aceite, ajo, laurel, hierbas provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 421,12 Prot: 13,16g Hidrat: 63,52g Grasas: 12,23g Sat: 1,63g Azúc: 9,04g Sal: 1,16g	25 GUIZO A LA CANELA (G) MERLUZA EN SALSA (tomate, pimienta, cebolla, laurel, aceite) (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 535,51 Prot: 28,41g Hidrat: 71,18g Grasas: 16,02g Sat: 2,05g Azúc: 14,68g Sal: 1,28g
28 GUIZO DE PELOTITAS DE CARNE (G) COMPOTA DE FRUTA (plátano, pera, manzana) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 516,30 Prot: 23,91g Hidrat: 55,86g Grasas: 29,89g Sat: 9,63g Azúc: 12,55g Sal: 1,07g	29 (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j, secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) FRITADA DE MAGRA (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 475,40 Prot: 24,59g Hidrat: 55,85g Grasas: 15,54g Sat: 3,54g Azúc: 9,07g Sal: 1,04g	30 (G) CAZUELA DE FIDEOS SIN GLUTEN CON ABADEJO (patata, pimienta) (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN SIN GLUTEN Kcal: 520,90 Prot: 14,17g Hidrat: 66,18g Grasas: 20,71g Sat: 3,63g Azúc: 7,18g Sal: 2,06g	10	11

GLUTEN

HUEVO

PESCADO

MOLUSCO

SOJA

ALTRAMUCES

LECHE

SÉSAMO

FRUTOS DE CÁSCARA

APIO

MOSTAZA

SULFITOS

CACAHUETE

CRUSTÁCEOS

La empresa se reserva el derecho a modificar el menú programado, según las necesidades operativas o imprevistos, garantizando el equilibrio nutricional del mismo.