

# MENU NOVIEMBRE 2020

<b>ALERGIA PESCADO / FISH ALLERGY</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
	Arroz con Verduras / <i>Rice with Vegetables</i> Tortilla de york con ensalada / Ham omelette with salad Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Puré calabacín / Courgette puree pollo asado con patata panadera / roast chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit,milk	Espaguetis con chorizo / Spaghetti with chorizo Lomo horno con ensalada Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Coliflor gratinada / Gratinated cauliflower Hamburguesa de ternera con cous cous / Grilled burger with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
Patatas con carne/ Potato stew with veal meat Huevos cocidos con salsa de tomate / <i>Boiled eggs in tomato sauce</i> Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Judías verdes rehogadas con patata / <i>Green beans with boiled potatoes</i> Lacón y ensalada mixta / <i>Baked ham with mixed salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit,milk	Lentejas hortelanas / Lentils Stew Salchichas pavo con patata vapor / <i>Baked sausages with boiled potatoes</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Crema de puerro / Leek cream Filete de pollo a la plancha verduras / <i>Grilled chicken breast with vegetables</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judías asturianas / Beans Stew with Spanish Sausage Pavo horno con ensalada / <i>Baked turkey with salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
Macarrones con pavo / <i>Macarroni in tomato sauce</i> Lomo plancha con ensalada / Grilled loin with salad Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Judías blancas guisadas / <i>Beans stew</i> Tortilla de patata con ensalada / <i>Potato omelette with salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado con jamon / Sautéed broccoli with ham Pollo en pepitoria con cuscus / Chicken stew with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / Spagetti in bolognese sauce Filete con ensalada / Grilled fillet with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / <i>Stew Soup</i> Cocido Completo / <i>Chickpeas, Meat and Cabbage Stew</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
Lentejas estofadas / <i>Stewed lentils</i> Escalopines lomo cerdo al ajillo con ensalada / Grilled garlic pork loin with salad Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Arroz con magro / Rice with pork meat Sajonia con ensalada / Baked Sajonia with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Puré de verduras / <i>Vegetables puree</i> Albondigas de ternera con patatas / Veal meatballs with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / Spagetti in bolognese sauce Salchichas con ensalada / Sausages with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Menestra de verdura / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>30</b>				
Fideua de Pollo / Chicken fideua Huevos revueltos con jamón / Scrambled eggs with ham Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread				

<b>ALERGIA HUEVO / EGG ALLERGY</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
	Arroz con Verduras / <i>Rice with Vegetables</i> Rosti de york con ensalada / Ham rosti with salad Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Puré calabacín / Courgette puree pollo asado con patata panadera / roast chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit,milk	Espaguetis sin huevo con chorizo / Spaghetti with chorizo Rape en salsa con champiñon / Baked monkfish with mushrooms Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Coliflor gratinada / Gratinated cauliflower Hamburguesa de ternera con a/ Grilled burger with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
Patatas con carne/ Potato stew with veal meat Rosti con salsa de tomate / Rosti in tomato sauce Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Judías verdes rehogadas con patata / <i>Green beans with boiled potatoes</i> Lacón y ensalada mixta / <i>Baked ham with mixed salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit,milk	Lentejas hortelanas / Lentils Stew Limanda horna con patata vapor / <i>Baked limanda with boiled potatoes</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Crema de puerro / Leek cream Filete de pollo a la plancha verduras / <i>Grilled chicken breast with vegetables</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judías asturianas / Beans Stew with Spanish Sausage Ventresca de merluza con ensalada / Baked hake with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
Macarrones sin huevo con pavo / <i>Macarroni in tomato sauce</i> Limanda Menier con ensalada / <i>Limanda "meuniere" with salad</i> Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt	Judías blancas guisadas / <i>Beans stew</i> Rosti de patata con ensalada / <i>Potato rosti with salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado con jamon / Sautéed broccoli with ham Pollo en pepitoria con cuscus / Chicken stew with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis sin huevo boloñesa / Spagetti in bolognese sauce Bacalao horna con Ensalada / <i>Baked cod with Salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, yogurt	Sopa de Cocido sin huevo / <i>Stew Soup</i> Cocido Completo / <i>Chickpeas, Meat and Cabbage Stew</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
Lentejas estofadas / <i>Stewed lentils</i> Escalopines lomo cerdo al ajillo con ensalada / Grilled garlic pork loin with salad Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Arroz con magro / Rice with pork meat Merluza a la plancha con ensalada / <i>Grilled hake with salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Puré de verduras / <i>Vegetables puree</i> Albondigas de ternera con patatas / Veal meatballs with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis sin huevo boloñesa / Spagetti in bolognese sauce Calamar plancha con ensalada / <i>grilled squid with salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Menestra de verdura / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>30</b>				
Arroz de Pollo / Chicken rice rosti con jamón / Rosti with ham Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread				

<b>ALERGIA LECHE / MILK ALLERGY</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
	Arroz con Verduras / <i>Rice with Vegetables</i> Tortilla de york con ensalada / Ham omelette with salad Fruta y pan / Fruit and bread	Puré calabacín / Courgette puree pollo asado con patata panadera / roast chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit,milk	Espaguetis con chorizo / Spaghetti with chorizo Rape en salsa con champiñon / Baked monkfish with mushrooms Fruta y pan / Fruit and bread	Coliflor gratinada / Gratinated cauliflower Hamburguesa de ternera con cous cous / Grilled burger with cous cous Fruta y, pan / Fruit, bread
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
Patatas con carne/ Potato stew with veal meat Huevos cocidos con salsa de tomate / Boiled eggs in tomato sauce Postre apto / Suitable dessert	Judías verdes rehogadas con patata / <i>Green beans with boiled potatoes</i> Lacón y ensalada mixta / <i>Baked ham with mixed salad</i> Fruta y pan / Fruit and bread	Lentejas hortelanas / Lentils Stew Limanda rebosada con patata vapor / <i>Baked limanda with boiled potatoes</i> Fruta y pan / Fruit and bread	Crema de puerro / Leek cream Filete de pollo a la plancha verduras / <i>Grilled chicken breast with vegetables</i> Fruta y pan / Fruit and bread	Judías asturianas / Beans Stew with Spanish Sausage Ventresca de merluza con ensalada / Baked hake with salad Fruta y pan / Fruit and bread
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
Macarrones con pavo / <i>Macarroni in tomato sauce</i> Limanda Menier con ensalada / <i>Limanda "meuniere" with salad</i> Postre apto / Suitable dessert	Judías blancas guisadas / <i>Beans stew</i> Tortilla de patata con ensalada / <i>Potato omelette with salad</i> Fruta y pan / Fruit and bread	Brocoli rehogado con jamon / Sautéed broccoli with ham Pollo en pepitoria con cuscus / Chicken stew with cous cous Fruta y pan / Fruit and bread	Espaguetis boloñesa / Spagetti in bolognese sauce Bacalao horna con Ensalada / Baked cod with Salad Fruta y pan / Fruit and bread	Sopa de Cocido / <i>Stew Soup</i> Cocido Completo / <i>Chickpeas, Meat and Cabbage Stew</i> Fruta y pan / Fruit and bread
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
Lentejas estofadas / <i>Stewed lentils</i> Escalopines lomo cerdo al ajillo con ensalada / Grilled garlic pork loin with salad Postre apto / Suitable dessert	Arroz con magro / Rice with pork meat Merluza a la romana con ensalada / <i>Breded hake with salad</i> Fruta y pan / Fruit and bread	Puré de verduras / <i>Vegetables puree</i> Albondigas de ternera con patatas / Veal meatballs with potatoes Fruta y pan / Fruit and bread	Espaguetis boloñesa / Spagetti in bolognese sauce Rabas de calamar con ensalada / <i>Fried squid with salad</i> Fruta y pan / Fruit and bread	Menestra de verdura / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta, pan / Fruit bread
<b>30</b>				
Fideua de Pollo / Chicken fideua Huevos revueltos con jamón / Scrambled eggs with ham Postre apto / Suitable dessert				

<b>ALERGIA LEGUMBRE / LEGUME ALLERGY</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
	Arroz con Verduras / <i>Rice with Vegetables</i> Tortilla de york con ensalada / Ham omelette with salad Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Puré calabacín / Courgette puree pollo asado con patata panadera / roast chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit,milk	Espaguetis con chorizo / Spaghetti with chorizo Rape en salsa con champiñon / Baked monkfish with mushrooms Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Coliflor gratinada / Gratinated cauliflower Hamburguesa de ternera con cous cous / Grilled burger with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
Patatas con carne/ Potato stew with veal meat Huevos cocidos con salsa de tomate / Boiled eggs in tomato sauce Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Verdura estofada / Vegetables stew Lacón y ensalada mixta / <i>Baked ham with mixed salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit,milk bread	Arroz con tomate / Rice in tomato sauce Limanda rebosada con patata vapor / <i>Baked limanda with boiled potatoes</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Crema de puerro / Leek cream Filete de pollo a la plancha verduras / <i>Grilled chicken breast with vegetables</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Champiñon rehogado / Sautéed mushrooms Ventresca de merluza con ensalada / Baked hake with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
Macarrones con pavo / <i>Macarroni in tomato sauce</i> Limanda Menier con ensalada / <i>Limanda "meuniere" with salad</i> Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Arroz salteado / Sautéed rice Tortilla de patata con ensalada / <i>Potato omelette with salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado con jamon / Sautéed broccoli with ham Pollo en pepitoria con cuscus / Chicken stew with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	spaguetis sin gluten boloñesa / Spagetti in bolognese sauce Bacalao horna con Ensalada / Baked cod with Salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / <i>Stew Soup</i> Carne cocido / <i>Meat and Cabbage Stew</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
Verdura salteada / Sautéed vegetables Escalopines lomo cerdo al ajillo con ensalada / Grilled garlic pork loin with salad Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Arroz con magro / Rice with pork meat Merluza a la romana con ensalada / <i>Breded hake with salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Puré de verduras / <i>Vegetables puree</i> Albondigas de ternera con patatas / Veal meatballs with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / Spagetti in bolognese sauce Rabas de calamar con ensalada / <i>Fried squid with salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Menestra de verdura sin guisante / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>30</b>				
Fideua de Pollo / Chicken fideua Huevos revueltos con jamón / Scrambled eggs with ham Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread				

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

# MENUS COMEDOR PARA EL MES

## NOVIEMBRE 2020

	3	4	5	6
<b>CELIACOS / CELIAC PEOPLE</b>	Arroz con Verduras / <i>Rice with Vegetables</i> Tortilla de york con ensalada / Ham omelette with salad Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Puré calabacín / Courgette puree pollo asado con patata panadera / roast chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit,milk	Espaguetis sin gluten con chorizo / Spaghetti with chorizo Rape en salsa con champiñon / Baked monkfish with mushrooms Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Coliflor gratinada / Gratinated califlower Hamburguesa de ternera con arroz/ Grilled burger with rice Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
Patatas con carne/ Potato stew with veal meat Huevos cocidos con salsa de tomate / Boiled eggs in tomato sauce Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Judías verdes rehogadas con patata / <i>Green beans with boiled potatoes</i> Lacón y ensalada mixta / <i>Baked ham with mixed salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit,milk bread	Lentejas hortelanas / Lentils Stew Limanda horno con patata vapor / <i>Baked limanda with boiled potatoes</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Crema de puerro / Leek cream Filete de pollo a la plancha verduras / <i>Grilled chicken breast with vegetables</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judías asturianas / Beans Stew with Spanish Sausage Ventresca de merluza con ensalada / Baked hake with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
Macarrones sin gluten con pavo / <i>Macarroni in tomato sauce</i> Limanda Menier con ensalada / <i>Limanda "meuniere" with salad</i> Yogur de fruta, pan / Fruit	Judías blancas guisadas / <i>Beans stew</i> Tortilla de patata con ensalada / <i>Potato omelette with salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado con jamon / Sautéed broccoli with ham Pollo en pepitoria con arroz / Chicken stew with rice Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	spaguetis sin gluten boloñesa / <i>Spagetti in bolognese sauce</i> Bacalao horno con Ensalada / <i>Battered cod with Salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido sin gluten / <i>Stew Soup</i> Cocido Completo / <i>Chickpeas, Meat and Cabbage Stew</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
Lentejas estofadas / <i>Stewed lentils</i> Escalopines lomo cerdo al ajillo con ensalada / <i>Grilled garlic pork loin with salad</i> Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Arroz con magro / Rice with pork meat Merluza a la plancha con ensalada / <i>Breded hake with salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Puré de verduras / <i>Vegetables puree</i> Albondigas de ternera con patatas / <i>Veal meatballs with potatoes</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis sin gluten boloñesa / <i>Spagetti in bolognese sauce</i> Calamar plancha con ensalada / <i>grilled squid with salad</i> Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i>	Menestra de verdura / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / <i>Veal stew with potatoes</i> Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i>
<b>30</b>				
Arroz de Pollo / Chicken rice rosti con jamón / Rosti with ham Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread				

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

	3	4	5	6
<b>FRUTO SECO/NUTTY ALLERGY</b>	Arroz con Verduras / <i>Rice with Vegetables</i> Tortilla de york con ensalada / Ham omelette with salad Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Puré calabacín / Courgette puree pollo asado con patata panadera / roast chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit,milk	Espaguetis con chorizo / Spaghetti with chorizo Rape en salsa con champiñon / Baked monkfish with mushrooms Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Coliflor gratinada / Gratinated califlower Hamburguesa de ternera con cous cous/ Grilled burger with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
Patatas con carne/ Potato stew with veal meat Huevos cocidos con salsa de tomate / Boiled eggs in tomato sauce Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Judías verdes rehogadas con patata / <i>Green beans with boiled potatoes</i> Lacón y ensalada mixta / <i>Baked ham with mixed salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit,milk bread	Lentejas hortelanas / Lentils Stew Limanda rebozada con patata vapor / <i>Baked limanda with boiled potatoes</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Crema de puerro / Leek cream Filete de pollo a la plancha verduras / <i>Grilled chicken breast with vegetables</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judías asturianas / Beans Stew with Spanish Sausage Ventresca de merluza con ensalada / Baked hake with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
Macarrones con pavo / <i>Macarroni in tomato sauce</i> Limanda Menier con ensalada / <i>Limanda "meuniere" with salad</i> Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Judías blancas guisadas / <i>Beans stew</i> Tortilla de patata con ensalada / <i>Potato omelette with salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado con jamon / Sautéed broccoli with ham Pollo en pepitoria con cuscus / Chicken stew with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / Spagetti in bolognese sauce Bacalao horno con Ensalada / <i>Baked cod with Salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / <i>Stew Soup</i> Cocido Completo / <i>Chickpeas, Meat and Cabbage Stew</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
Lentejas estofadas / <i>Stewed lentils</i> Escalopines lomo cerdo al ajillo con ensalada / <i>Grilled garlic pork loin with salad</i> Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread	Arroz con magro / Rice with pork meat Merluza a la romana con ensalada / <i>Breded hake with salad</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Puré de verduras / <i>Vegetables puree</i> Albondigas de ternera con patatas / <i>Veal meatballs with potatoes</i> Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / <i>Spagetti in bolognese sauce</i> Rabas de calamar con ensalada / <i>Fried squid with salad</i> Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i>	Menestra de verdura / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / <i>Veal stew with potatoes</i> Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i>
<b>30</b>				
Fideua de Pollo / Chicken fideua Huevos revueltos con jamón / Scrambled eggs with ham Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread				



# CUTASA

## ALIMENTAMOS BIEN

Avda. Montes de Oca, 19 nave - 24  
27603 San Sebastián de los Reyes (Madrid)  
Tel: 91 559 22 60