

2

LUNES

DÍA NO LECTIVO

9

LUNES

PAELLA VALENCIANA

BACALAO REBOZADO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y PEPINO

PAN PERA

16

LUNES

ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE Y HUEVO

PESCADILLA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y MAÍZ

PAN INTEGRAL MANZANA

23

LUNES

SOPA DE ESTRELLITAS CON VERDURAS

TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y CABELLA

PAN MANZANA GOLDEN

30

LUNES

MENÚ INTERNACIONAL: EEUU

"MAC AND CHEESE":

MACARRONES GRATINADOS CON QUESO

HAMBURGUESA CON ENSALADA AMERICANA

PAN GELATINA

MARTES

ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO

PESCADILLA ASADA AL PIL-PIL CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA

PAN MANDARINA

10

MARTES

JUDÍAS VERDES REHOGADAS AL AJILLO

LENTEJAS ECOLÓGICAS* GUISADAS CON HORTALIZAS

PAN INTEGRAL MANDARINA

17

MARTES

POTAJE DE LENTEJAS ECOLÓGICAS* CON VERDURAS

TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

PAN INTEGRAL MANDARINA

24

MARTES

ALUBIAS ECOLÓGICAS * GUISADAS CON HORTALIZAS

MERLUZA EMPANADA CON ENSALADA DE TOMATE Y MAÍZ

PAN INTEGRAL MANDARINA

MIÉRCOLES

GUISANTES REHOGADOS CON PATATAS

TORTILLA FRANCESA DE CABELLA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA

PAN INTEGRAL MANZANA

11

MIÉRCOLES

CREMA DE CALABAZA

POLLO GUISADO EN SALSA PEPITORIA CON ARROZ INTEGRAL

PAN PLÁTANO (+VASO DE LECHE OPCIONAL*)

18

MIÉRCOLES

PURÉ DE VERDURAS

LASAÑA DE ATÚN CON BECHAMEL

PAN PERA

25

MIÉRCOLES

FESTIVO LOCAL

JUEVES

SOPA DE COCIDO CON FIDEOS

GARBANZOS ECOLÓGICOS* CON REPOLLO, ZANAHORIA, PATATA, TERNERA Y POLLO

PAN INTEGRAL YOGUR

12

JUEVES

MACARRONES AL PESTO CON QUESO

MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ

PAN MANZANA GOLDEN

19

JUEVES

SOPA DE COCIDO CON FIDEOS INTEGRALES

GARBANZOS ECOLÓGICOS* CON REPOLLO, ZANAHORIA, PATATA, TERNERA Y POLLO

PAN YOGUR

26

JUEVES

PATATAS GUISADAS CON VERDURAS

MUSLITOS DE POLLO ASADO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS

PAN INTEGRAL YOGUR

VIERNES

PURÉ DE VERDURAS

ALBÓNDIGAS EN SALSA CON ARROZ INTEGRAL

PAN PLÁTANO (+ VASO DE LECHE OPCIONAL)

13

VIERNES

CREMA DE ALUBIAS ECOLÓGICAS *

TORTILLA DE PATATAS Y CALABACÍN CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CABELLA

PAN INTEGRAL YOGUR

20

VIERNES

BRÓCOLI AL VAPOR CON ZANAHORIAS

FILETE RUSO CON CHAMPIÑONES SALTEADOS

PAN PLÁTANO (+ VASO DE LECHE OPCIONAL)

27

VIERNES

JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON ZANAHORIAS

POTAJE DE GARBANZOS ECOLÓGICOS* CON ESPINACAS Y ARROZ INTEGRAL

PAN PERA

GLUTEN

CRUSTÁCEOS

HUEVO

PESCADO

CACAHUETES

SOJA

LACTEOS

FRUTOS DE CÁSCARA

APIO

MOSTAZA

SÉSAMO

DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITO

MOLUSCOS

ALTRAMUCES

Símbolos de Alérgenos

FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA MES DE NOVIEMBRE:

FRUTAS:

AGUACATE, LIMÓN, FRAMBUESA, GRANADA, CHIRIMOYA, CAQUI, KIWI, MANZANA, MANDARINA, NARANJA, PERA, PLÁTANO Y UVAS

VERDURAS:

ALCACHOFA, AJO, ACELGAS, APIO, BERENJENA, CALABACÍN, CALABAZA, CEBOLLA, COLES DE BRUSELAS, ENDIVIA, ESCAROLA, COLIFLOR, ESPINACAS, LOMBARDA, NABO, LECHUGA, PATATA, PIMIENTO, PUERRO, REMOLACHA, BRÓCOLI, ROMANESCU, TOMATE Y ZANAHORIA

* LAS ERBITAS INDICADAS EN EL MENÚ PUEDEN ESTAR SUJETAS A INTERCAMBIO DE DÍA POR MOTIVOS DE MADURACIÓN



FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA MES DE NOVIEMBRE:

FRUTAS: AGUACATE, LIMÓN, FRAMBUESA, GRANADA, CHIRIMOYA, CAQUI, KIWI, MANZANA, MANDARINA, NARANJA, PERA, PLÁTANO Y UVAS

VERDURAS: ALCACHOFA, AJO, ACELGAS, APIO, BERENJENA, CALABACÍN, CALABAZA, CEBOLLA, COLES DE BRUSÉLAS, ENDIVIA, ESCAROLA, COLIFLOR, ESPINACAS, LOMBARDA, NABO, LECHUGA, PATATA, PIMIENTO, PUERRO, REMOLACHA, BRÓCOLI, ROMANESCU, TOMATE Y ZANAHORIA

* LAS FRUTAS INDICADAS EN EL MENÚ PUEDEN ESTAR SUJETAS A INTERCAMBIO DE DÍA POR MOTIVOS DE MADURACIÓN

* VALORACIÓN NUTRICIONAL DEL VASO DE LECHE ENTERA NO INCLUIDA EN LA CALIBRACIÓN DEL DÍA.