

OCTUBRE 2017

MENÚ GENERAL



2	GUIZO DE PATATAS CON BACALAO	3	ALUBÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	4	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)	5	MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	6	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	KCAL	798		
	CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta		HUEVOS REVUELTOS CON ATUN		ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA		FILETE DE MERLUZA CON CHAMPINON AL AJILLO		CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PISTO	HIDRATOS DE CARBONO	81		
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		GELATINA DE SABORES PAN	PROTEINAS	33		
										LIPIDOS	35		
9	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)	10	ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA	11	SOPA DE COCIDO (con fideos)	12	FIESTA	13	NO LECTIVO	KCAL	772		
	LASAÑA DE TERNERA		FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)							HIDRATOS DE CARBONO	86
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		YOGUR DE SABORES PAN							PROTEINAS	28
												LIPIDOS	29
16	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	17	CODITOS CON QUESO	18	JORNADA ASIÁTICA	19	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	20	JUDÍAS PINTAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	KCAL	878		
	TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE ALIÑADO		LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS		ROLLITO DE PRIMAVERA		FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta		LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	97		
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		POLLO AL LIMON		FRUTA PAN		FRUTA PAN	PROTEINAS	34		
					FLAN PAN					LIPIDOS	33		
23	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMON	24	ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)	25	CREMA DE ZANAHORIA	26	SOPA DE COCIDO (con fideos)	27	MENÚ DEL ALUMNO	KCAL	835		
	RAGOUT DE TERNERA A LA JARDINERA		SALCHICHAS CON TOMATE		ATÚN CON TOMATE		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)		ARROZ CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	92		
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA	PROTEINAS	37		
									NATILLAS PAN	LIPIDOS	33		
30	SOPA DE ESTRELLITAS	31	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)							KCAL	862		
	LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA		CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta							HIDRATOS DE CARBONO	99		
	FRUTA PAN		FRUTA PAN							PROTEINAS	32		
										LIPIDOS	35		

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

OCTUBRE 2017

MENÚ PRIMER CICLO INFANTIL



2	GUIZO DE PATATAS CON PESCADO	3	ALUBÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	4	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)	5	MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	6	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	KCAL	
	CINTA DE LOMO EN SALSA		HUEVOS REVUELTOS CON JAMON		ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA		FILETE DE LENGUADINA EN SALSA		FILETE DE POLLO AL HORNO CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
9	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)	10	ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA	11	SOPA DE COCIDO (con fideos)	12	FIESTA	13	NO LECTIVO	KCAL	
	FILETES RUSOS EN SALSA		FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)					HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN					PROTEINAS	
										LIPIDOS	
16	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	17	CODITOS CON QUESO	18	JORNADA ASIÁTICA	19	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	20	JUDÍAS PINTAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	KCAL	
	TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE ALIÑADO		DELICIAS DE MERLUZA CON ENSALADA de la huerta		ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)		FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta		LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
23	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMON	24	CODITOS CON TOMATE	25	CREMA DE ZANAHORIA	26	SOPA DE COCIDO (con fideos)	MENU DEL ALUMNO	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
	ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA		SALCHICHAS CON TOMATE		FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)		FINGER DE POLLO	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
30	SOPA DE ESTRELLITAS	31	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)						KCAL		
	LOMO DE CERDO EN SALSA		CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta						HIDRATOS DE CARBONO		
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN						PROTEINAS		
									LIPIDOS		

OCTUBRE 2017

MENÚ SEGUNDO CICLO INFANTIL



2	<p>GUIZO DE PATATAS CON PESCADO</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>ALUBÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON ATUN</p> <p>FRUTA PAN</p>	4	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON CHAMPINON AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	6	<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON</p> <p>FILETE DE POLLO AL HORNO CON PISTO</p> <p>GELATINA DE SABORES PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
9	<p>CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)</p> <p>LASAÑA DE TERNERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	11	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	12	<p>FIESTA</p>	13	<p>NO LECTIVO</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
16	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE ALINADO</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>CODITOS CON QUESO</p> <p>DELICIAS DE MERLUZA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)</p> <p>POLLO AL LIMON</p> <p>FLAN PAN</p>	19	<p>CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)</p> <p>FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	20	<p>JUDÍAS PINTAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
23	<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMON</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>CODITOS CARBONARA (con nata-bacon)</p> <p>SALCHICHAS CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	25	<p>CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	MENU DEL ALUMNO		KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
30	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>LOMO DE CERDO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>						KCAL		
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			

OCTUBRE 2017

MENÚ PURÉ

2	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	3	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	4	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	5	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	6	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	KCAL	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN	HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEINAS	
										LIPIDOS	
9	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	10	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	11	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	12	FIESTA	13	NO LECTIVO	KCAL	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN					HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEINAS	
										LIPIDOS	
16	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	17	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	18	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	19	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	20	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	KCAL	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN	HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEINAS	
										LIPIDOS	
23	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	24	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	25	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	26	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	27	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO	KCAL	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN	HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEINAS	
										LIPIDOS	
30	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	31	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO							KCAL	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN							HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEINAS	
										LIPIDOS	

Se irán introduciendo verduras como la judía verde, la calabaza, el calabacín y la acelga a medida que los niños la vayan tolerando.
 Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.
 En primer y segundo ciclo de infantil , la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

OCTUBRE 2017

MENÚ SIN PESCADO

2	<p>GUIISO DE PATATAS CON VERDURAS</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>ALUBÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMON</p> <p>FRUTA PAN</p>	4	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin)</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON CHAMPIÑON AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	6	<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON</p> <p>CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PISTO</p> <p>GELATINA DE SABORES PAN</p>	KCAL	
9	<p>CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacin)</p> <p>LASAÑA DE TERNERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	11	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	12	FIESTA	13	NO LECTIVO	KCAL	
16	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE ALINADO</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>CODITOS CON QUESO</p> <p>FILETE DE PAVO CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ROLLITO DE PRIMAVERA</p> <p>POLLO AL LIMON</p> <p>FLAN PAN</p>	19	<p>CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)</p> <p>FILETE DE TERNERA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	20	<p>JUDÍAS PINTAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
23	<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMON</p> <p>RAGOUT DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)</p> <p>SALCHICHAS CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	25	<p>CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	MENU DEL ALUMNO		KCAL	
30	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>						KCAL		
									HIDRATOS DE CARBONO		
									PROTEINAS		
									LIPIDOS		
									KCAL		
									HIDRATOS DE CARBONO		
									PROTEINAS		
									LIPIDOS		

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

OCTUBRE 2017

MENÚ SIN LEGUMBRE

2	<p>GUIZO DE PATATAS CON BACALAO</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON ATUN</p> <p>FRUTA PAN</p>	4	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON CHAMPINON AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	6	<p>ACELGAS REHOGADAS CON BACON</p> <p>CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PISTO</p> <p>GELATINA DE SABORES PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
9	<p>CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)</p> <p>LASAÑA DE TERNERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	11	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON VERDURAS</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	12	FIESTA	13	NO LECTIVO	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
16	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE ALINADO</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>CODITOS CON QUESO</p> <p>LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ROLLITO DE PRIMAVERA</p> <p>POLLO AL LIMON</p> <p>FLAN PAN</p>	19	<p>CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)</p> <p>FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	20	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
23	<p>ACELGAS REHOGADAS CON JAMON</p> <p>RAGOUT DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)</p> <p>SALCHICHAS CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	25	<p>CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	MENU DEL ALUMNO		KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
30	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>						KCAL		
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

OCTUBRE 2017

MENÚ SIN CERDO

2	GUIZO DE PATATAS CON BACALAO	3	ALUBÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	4	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)	5	MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	6	JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON AJITO	KCAL		
	FILETE DE POLLO CON ENSALADA de la huerta		HUEVOS REVUELTOS CON ATÚN		ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA		FILETE DE MERLUZA CON CHAMPINON AL AJILLO		CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PISTO	HIDRATOS DE CARBONO		
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		GELATINA DE SABORES PAN	PROTEINAS		
										LIPIDOS		
9	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)	10	ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA	11	SOPA DE COCIDO (con fideos)	12	FIESTA	13	NO LECTIVO	KCAL		
	LASAÑA DE TERNERA		FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)						HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		YOGUR DE SABORES PAN						PROTEINAS	
											LIPIDOS	
16	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	17	CODITOS CON QUESO	18	JORNADA ASIÁTICA	19	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	20	JUDÍAS PINTAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	KCAL		
	TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE ALINADO		LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS		ROLLITO DE PRIMAVERA		FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta		FILETE DE TERNERA CON ENSALADA de la huerta	HIDRATOS DE CARBONO		
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		POLLO AL LIMÓN		FRUTA PAN		YOGUR DE SABORES PAN	PROTEINAS		
					FLAN PAN		FRUTA PAN			LIPIDOS		
23	JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON AJITO	24	ESPAGUETIS CON TOMATE	25	CREMA DE ZANAHORIA	26	SOPA DE COCIDO (con fideos)	MENU DEL ALUMNO	ARROZ CON TOMATE	KCAL		
	RAGOUT DE TERNERA A LA JARDINERA		SALCHICHAS DE AVE CON TOMATE		ATÚN CON TOMATE		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)			FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN			NATILLAS PAN	PROTEINAS	
											LIPIDOS	
30	SOPA DE ESTRELLITAS	31	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)							KCAL		
	FILETE DE TERNERA CON CEBOLLA CAMELIZADA		CROQUETAS DE BACALAO CON ENSALADA de la huerta							HIDRATOS DE CARBONO		
	FRUTA PAN		FRUTA PAN							PROTEINAS		
										LIPIDOS		

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

OCTUBRE 2017

MENÚ SIN GLUTEN

<p>2</p> <p>GUIZO DE PATATAS CON BACALAO</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>3</p> <p>ALUBÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON ATÚN</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>4</p> <p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin)</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA (sin gluten)</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>5</p> <p>MACARRONES BOLOÑESA (sin gluten)</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON CHAMPINON AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>6</p> <p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON</p> <p>CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PISTO</p> <p>GELATINA DE SABORES PAN (especial celiaco)</p>	<p>KCAL</p> <p>HIDRATOS DE CARBONO</p> <p>PROTEINAS</p> <p>LIPIDOS</p>	
<p>9</p> <p>CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacin)</p> <p>LASAÑA DE TERNERA (sin gluten)</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>10</p> <p>ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>11</p> <p>SOPA DE COCIDO (sin gluten)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)</p>	<p>12</p> <p>FIESTA</p>	<p>13</p> <p>NO LECTIVO</p>	<p>KCAL</p> <p>HIDRATOS DE CARBONO</p> <p>PROTEINAS</p> <p>LIPIDOS</p>	
<p>16</p> <p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE ALINADO</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>17</p> <p>CODITOS CON QUESO (sin gluten)</p> <p>LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>18</p> <p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)</p> <p>POLLO AL LIMON</p> <p>FLAN PAN (especial celiaco)</p>	<p>19</p> <p>CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)</p> <p>FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>20</p> <p>JUDÍAS PINTAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>KCAL</p> <p>HIDRATOS DE CARBONO</p> <p>PROTEINAS</p> <p>LIPIDOS</p>	
<p>23</p> <p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMON</p> <p>RAGOUT DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>24</p> <p>ESPAGUETIS CARBONARA (sin gluten)</p> <p>SALCHICHAS CON TOMATE (sin gluten)</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>25</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>26</p> <p>SOPA DE COCIDO (sin gluten)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>MENU DEL ALUMNO</p> <p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>FINGER DE POLLO (sin gluten)</p> <p>NATILLAS PAN (especial celiaco)</p>	<p>KCAL</p> <p>HIDRATOS DE CARBONO</p> <p>PROTEINAS</p> <p>LIPIDOS</p>	
<p>30</p> <p>SOPA DE ESTRELLITAS (sin gluten)</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>	<p>31</p> <p>LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN (sin gluten)</p> <p>FRUTA PAN (especial celiaco)</p>				<p>KCAL</p> <p>HIDRATOS DE CARBONO</p> <p>PROTEINAS</p> <p>LIPIDOS</p>	

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

OCTUBRE 2017

MENÚ SIN LECHE

2	<p>GUIZO DE PATATAS CON BACALAO</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA (sin leche)</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>ALUBÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON ATÚN</p> <p>FRUTA PAN</p>	4	<p>PURÉ DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON CHAMPINON AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	6	<p>JUDÍAS VERDES REHOGADAS</p> <p>CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PISTO</p> <p>GELATINA DE SABORES PAN</p>	KCAL	
9	<p>PURÉ DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)</p> <p>LASAÑA DE TERNERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>ARROZ CON SALSAS ESPAÑOLA</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	11	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	12	<p>FIESTA</p>	13	<p>NO LECTIVO</p>	KCAL	
16	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE ALINADO</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>CODITOS CON TOMATE</p> <p>LOMOS DE MERLUZA EN SALSAS CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ROLLITO DE PRIMAVERA</p> <p>POLLO AL LIMON</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	19	<p>PURÉ DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)</p> <p>FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	20	<p>JUDÍAS PINTAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
23	<p>JUDÍAS VERDES REHOGADAS</p> <p>RAGOUT DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>ESPAGUETIS CON TOMATE</p> <p>SALCHICHAS CON TOMATE (sin leche)</p> <p>FRUTA PAN</p>	25	<p>PURÉ DE ZANAHORIA</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>MENÚ DEL ALUMNO</p> <p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>FINGER DE POLLO (sin leche)</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>		KCAL	
30	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN (sin leche)</p> <p>FRUTA PAN</p>						KCAL		
									HIDRATOS DE CARBONO		
									PROTEINAS		
									LIPIDOS		
									KCAL		
									HIDRATOS DE CARBONO		
									PROTEINAS		
									LIPIDOS		

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

OCTUBRE 2017

MENÚ SIN HUEVO

2	<p>GUIZO DE PATATAS CON BACALAO</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>ALUBÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>FILETE DE TERNERA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	4	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA (sin huevo)</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>MACARRONES BOLOÑESA (sin huevo)</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON CHAMPINON AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	6	<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON</p> <p>CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PISTO</p> <p>GELATINA DE SABORES PAN</p>	KCAL	
9	<p>CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)</p> <p>LASAÑA DE TERNERA (sin huevo)</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>ARROZ CON SALSAS ESPAÑOLA</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	11	<p>SOPA DE COCIDO (sin huevo)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	12	FIESTA	13	NO LECTIVO	KCAL	
16	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>CODITOS CON QUESO (sin huevo)</p> <p>LOMOS DE MERLUZA EN SALSAS CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-jamón) POLLO AL LIMON</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	19	<p>CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)</p> <p>FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	20	<p>JUDÍAS PINTAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
23	<p>JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMON</p> <p>RAGOUT DE TERNERA A LA JARDINERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)</p> <p>SALCHICHAS CON TOMATE (sin huevo)</p> <p>FRUTA PAN</p>	25	<p>CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>SOPA DE COCIDO (sin huevo)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	MENU DEL ALUMNO		KCAL	
30	<p>SOPA DE ESTRELLITAS (sin huevo)</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CAMELIZADA</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN (sin huevo)</p> <p>FRUTA PAN</p>						KCAL		
									HIDRATOS DE CARBONO		
									PROTEINAS		
									LIPIDOS		
									KCAL		
									HIDRATOS DE CARBONO		
									PROTEINAS		
									LIPIDOS		

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

OCTUBRE 2017

MENÚ BAJO EN COLESTEROL

2	GUIZO DE PATATAS CON BACALAO	3	ALUBÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	4	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin)	5	MACARRONES CON TOMATE	6	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON AJITO	KCAL	
	CINTA DE LOMO CON ENSALADA de la huerta		HUEVOS REVUELTOS CON ATUN		FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA		FILETE DE MERLUZA CON CHAMPINON AL AJILLO		PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		GELATINA DE SABORES PAN	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
9	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacin)	10	ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA	11	SOPA DE COCIDO (con fideos)	12	FIESTA	13	NO LECTIVO	KCAL	
	FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA		FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)					HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		YOGUR DESNATADO PAN					PROTEINAS	
										LIPIDOS	
16	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	17	CODITOS CON TOMATE	18	JORNADA ASIÁTICA	19	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	20	JUDÍAS PINTAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	KCAL	
	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta		LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS		ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA YOGUR DESNATADO PAN		FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta		LOMO DE SAJONIA CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN		FRUTA PAN				FRUTA PAN		FRUTA PAN	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
23	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON AJITO	24	ESPAGUETIS CON TOMATE	25	CREMA DE ZANAHORIA	26	SOPA DE COCIDO (con fideos)	MENU DEL ALUMNO	ARROZ CON TOMATE	KCAL	
	FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA		FILETE DE PAVO CON ENSALADA de la huerta		ATÚN CON TOMATE		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)		PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN		YOGUR DESNATADO PAN	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
30	SOPA DE ESTRELLITAS	31	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)						KCAL		
	LOMO DE CERDO CON ENSALADA de la huerta		TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta						HIDRATOS DE CARBONO		
	FRUTA PAN		FRUTA PAN						PROTEINAS		
									LIPIDOS		

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

RECOMENDACIONES - CENAS OCTUBRE 2017

Lunes 2. Verdura, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

Martes 3. Sopa, empanadillas caseras con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 4. Pescado azul al horno con patatas, ensalada, fruta y lácteo.

Jueves 5. Verdura, jamón cocido con zanahoria rallada, fruta y lácteo.

Viernes 6. Crema, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

Lunes 9. Ensalada completa, merluza rebozada, fruta y lácteo.

Martes 10. Sopa, tortilla con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 11. Verdura, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

Lunes 16. Verdura, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

Martes 17. Sopa, huevo con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 18. Pescado plancha con puré de patata, ensalada, fruta y lácteo.

Jueves 19. Verdura, huevo con ensalada, fruta y lácteo.

Viernes 20. Sopa, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

Lunes 23. Sopa, huevo con ensalada, fruta y lácteo.

Martes 24. Verdura, merluza con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 25. Endivias con jamón york, tortilla, fruta y lácteo.

Jueves 26. Verdura, pescado azul con ensalada, fruta y lácteo.

Viernes 27. Sopa, huevo con ensalada fruta y lácteo.

Lunes 30: Verdura, tortilla con ensalada, fruta y lácteo.

Martes 31. Sopa, pescado con ensalada, fruta y lácteo.