

MENÚ OCTUBRE

MENÚ GENERAL



1	<p>GUISANTES salteados con bacon</p> <p>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON PAPAS DADO</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>HELADO PAN</p>	4	<p>CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	878
								HIDRATOS DE CARBONO	96		
								PROTEINAS	36		
								LIPIDOS	33		
8	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>SALCHICHAS CON PAPAS FRITAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	9	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON PISTO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	11	<p>TALLARINES CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	12	<p>FESTIVO</p>	KCAL	869
								HIDRATOS DE CARBONO	101		
								PROTEINAS	35		
								LIPIDOS	34		
15	<p>LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	16	<p>ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA</p> <p>FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>LACITOS CON TOMATE Y QUESO</p> <p>FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)</p> <p>HAMBURGUESA COMPLETA CON BACON-QUESO</p> <p>COPA DANONE CHOCOLATE PAN</p>	19	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	880
								HIDRATOS DE CARBONO	103		
								PROTEINAS	34		
								LIPIDOS	35		
22	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	23	<p>JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN Y EMPANADILLAS DE ATÚN</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON PAPAS DADO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	25	<p>ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)</p> <p>FILTE DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ROLLITO DE PRIMAVERA</p> <p>POLLO AL LIMÓN</p> <p>FLAN PAN</p>	KCAL	851
								HIDRATOS DE CARBONO	99		
								PROTEINAS	30		
								LIPIDOS	37		
29	<p>ARROZ CON POLLO AL CURRY</p> <p>LENGUADINA A LA ANDALUZA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	30	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>				KCAL	845	
								HIDRATOS DE CARBONO	101		
								PROTEINAS	35		
								LIPIDOS	33		

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.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ PRIMER CICLO INFANTIL



1	<p>GUISANTES salteados con bacon</p> <p>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON PAPAS DADO</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	2	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>FIGURITAS DE MERLUZA</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	3	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	4	<p>CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	5	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON TOMATE</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
8	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>SALCHICHAS CON PAPAS FRITAS</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	9	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	10	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON PISTO</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	11	<p>CODITOS CON TOMATE</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	12	FESTIVO	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
15	<p>LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	16	<p>ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA</p> <p>FINGER DE POLLO CON TOMATE</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	17	<p>LACITOS CON TOMATE</p> <p>FILETE DE MERLUZA AL HORNO</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	18	<p>MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)</p> <p>HAMBURGUESA CON PATATAS FRITAS</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	19	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
22	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON TOMATE</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	23	<p>JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN Y EMPANADILLAS DE ATÚN</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	24	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	25	<p>TIBURONES CON TOMATE</p> <p>FILTE DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	26	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS</p> <p>FILETE DE POLLO</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
29	<p>ARROZ CON POLLO</p> <p>LENGUADINA A LA ANDALUZA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	30	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>	31	<p>CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON TOMATE</p> <p>FRUTA O YOGUR PAN</p>				KCAL		
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			

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.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ SEGUNDO CICLO INFANTIL



1	<p>GUISANTES salteados con bacon</p> <p>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON PAPAS DADO</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>DELICIAS DE MERLUZA</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>BEBEDINO PAN</p>	4	<p>CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
8	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>SALCHICHAS CON PAPAS FRITAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	9	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON PISTO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	11	<p>CODITOS CON TOMATE</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	12	<p>FESTIVO</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
15	<p>LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	16	<p>ARROZ CON SALSAS ESPAÑOLA</p> <p>FINGER DE POLLO CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>LACITOS CON TOMATE Y QUESO</p> <p>FILETE DE MERLUZA AL HORNO</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)</p> <p>HAMBURGUESA CON PATATAS FRITAS</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	19	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
22	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	23	<p>JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN Y EMPANADILLAS DE ATÚN</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON PAPAS DADO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	25	<p>TIBURONES CON TOMATE</p> <p>FILTE DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS</p> <p>FILETE DE POLLO</p> <p>FLAN PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
29	<p>ARROZ CON POLLO</p> <p>LENGUADINA A LA ANDALUZA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	30	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO</p> <p>LOMO DE CERDO CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>				KCAL		
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			

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.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ PURÉ



1	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	2	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	3	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	4	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	5	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	
8	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	9	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	10	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	11	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	12	FESTIVO	KCAL	
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN			HIDRATOS DE CARBONO	
										PROTEINAS	
										LIPIDOS	
15	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	16	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	17	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	18	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	19	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	
22	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	23	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	24	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	25	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	26	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	
29	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	30	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	31	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)					KCAL	
	FRUTA O YOGUR PAN		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.
En primer y segundo ciclo de infantil, la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ SIN PESCADO



1	<p>GUISANTES salteados con bacon</p> <p>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON PAPAS DADO</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>CINTA DE LOMO CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>HELADO PAN</p>	4	<p>CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>FILETE DE TERNERA</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
8	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>SALCHICHAS CON PAPAS FRITAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	9	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON PISTO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	11	<p>TALLARINES CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE POLLO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	12	<p>FESTIVO</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
15	<p>LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	16	<p>ARROZ CON SALSAS ESPAÑOLA</p> <p>FINGER DE POLLO CON SALSAS BARBACOA</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>LACITOS CON TOMATE Y QUESO</p> <p>FILETE DE TERNERA AL HORNO CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)</p> <p>HAMBURGUESA COMPLETA CON BACON-QUESO</p> <p>COPA DANONE CHOCOLATE PAN</p>	19	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
22	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	23	<p>JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON PAPAS DADO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	25	<p>ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)</p> <p>CINTA DE LOMO CON CHAMPIÑÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ROLLITO DE PRIMAVERA</p> <p>POLLO AL LIMÓN</p> <p>FLAN PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
29	<p>ARROZ CON POLLO AL CURRY</p> <p>FILETE DE POLLO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	30	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA</p> <p>YOGUR DE SABORES 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.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ SIN LEGUMBRE



1	<p>ACELGAS salteados con bacon</p> <p>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON PAPAS DADO</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON ATÚN</p> <p>HELADO PAN</p>	4	<p>CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	
8	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>SALCHICHAS CON PAPAS FRITAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	9	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>FILETE DE POLLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>ACELGAS salteadas con jamón</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	11	<p>TALLARINES CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	12	FESTIVO	KCAL	
15	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	16	<p>ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA</p> <p>FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>LACITOS CON TOMATE Y QUESO</p> <p>FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)</p> <p>HAMBURGUESA COMPLETA CON BACON-QUESO</p> <p>COPA DANONE CHOCOLATE PAN</p>	19	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
22	<p>ACELGAS salteadas con jamón</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	23	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN Y EMPANADILLAS DE ATÚN</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON PAPAS DADO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	25	<p>ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)</p> <p>FILTE DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ROLLITO DE PRIMAVERA</p> <p>POLLO AL LIMÓN</p> <p>FLAN PAN</p>	KCAL	
29	<p>ARROZ CON POLLO AL CURRY</p> <p>LENGUADINA A LA ANDALUZA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	30	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>FILETE DE POLLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>				KCAL		

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.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ SIN CERDO



1	<p>GUISANTES salteados</p> <p>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON PAPAS DADO</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON ATÚN</p> <p>HELADO PAN</p>	4	<p>CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
8	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>SALCHICHAS DE AVE CON PAPAS FRITAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	9	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>JUDÍAS VERDES</p> <p>FILETE DE POLLO CON PISTO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	11	<p>TALLARINES CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	12	<p>FESTIVO</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
15	<p>LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON ATÚN</p> <p>FRUTA PAN</p>	16	<p>ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA</p> <p>FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>LACITOS CON TOMATE Y QUESO</p> <p>FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)</p> <p>HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO</p> <p>COPA DANONE CHOCOLATE PAN</p>	19	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>FILETE DE TERNERA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
22	<p>JUDÍAS VERDES</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	23	<p>JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE BACALAO Y EMPANADILLAS DE ATÚN</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON PAPAS DADO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	25	<p>ESPAGUETIS CON TOMATE</p> <p>FILTE DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ROLLITO DE PRIMAVERA</p> <p>POLLO AL LIMÓN</p> <p>FLAN PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
29	<p>ARROZ CON POLLO AL CURRY</p> <p>LENGUADINA A LA ANDALUZA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	30	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO</p> <p>FILETE DE POLLO CON CEBOLLA CARAMELIZADA</p> <p>YOGUR DE SABORES 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.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ SIN GLUTEN



1	GUISANTES salteados con bacon	2	MACARRONES BOLOÑESA (sin gluten)	3	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	4	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA	5	SOPA DE FIDEOS (sin gluten)	KCAL	
	ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (sin gluten)		SUPREMA DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS		HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN HELADO (sin gluten)		FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO		ATÚN CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)		PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)		YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
8	ARROZ CON TOMATE	9	SOPA DE COCIDO (sin gluten)	10	JUDÍAS VERDES salteadas con jamón	11	TALLARINES CON VERDURAS (sin gluten)	12	FESTIVO	KCAL	
	SALCHICHAS (sin gluten)		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)		LOMO DE SAJONIA CON PISTO		FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta			HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)		YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)			PROTEINAS	
										LIPIDOS	
15	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	16	ARROZ CON SALSAS ESPAÑOLA	17	LACITOS CON TOMATE (sin gluten)	18	MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)	19	SOPA DE ESTRELLITAS (sin gluten)	KCAL	
	HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN		FINGER DE POLLO (sin gluten)		FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS		HAMBURGUESA COMPLETA (sin gluten)		CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)		YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
22	JUDÍAS VERDES salteadas con jamón	23	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	24	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)	25	ESPAGUETIS CARBONARA (sin gluten)	26	JORNADA ASIÁTICA	KCAL	
	TORTILLA DE PATATA CON TOMATE		CROQUETAS DE JAMÓN (sin gluten)		RAGOUT DE TERNERA CON PAPAS DADO		FILTE DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN		ARROZ TRES DELICIAS	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)		YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)		POLLO AL LIMÓN	PROTEINAS	
									YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	LIPIDOS	
29	ARROZ CON POLLO AL CURRY	30	SOPA DE COCIDO (sin gluten)	31	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO				KCAL		
	LENGUADINA A LA ANDALUZA (sin gluten)		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)		LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA			HIDRATOS DE CARBONO			
	FRUTA PAN (especial celiaco)		FRUTA PAN (especial celiaco)		YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)			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.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ SIN HUEVO



1	<p>GUISANTES salteados con bacon</p> <p>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON PAPAS DADO</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>MACARRONES BOLOÑESA (sin huevo)</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CINTA DE LOMO CON TOMATE</p> <p>HELADO PAN</p>	4	<p>CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>SOPA DE FIDEOS (sin huevo)</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	
8	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>SALCHICHAS (sin huevo)</p> <p>FRUTA PAN</p>	9	<p>SOPA DE COCIDO (sin huevo)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON PISTO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	11	<p>TALLARINES CON VERDURAS (sin huevo)</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	12	FESTIVO	KCAL	
15	<p>LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>FILETE DE TERNERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	16	<p>ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA</p> <p>FINGER DE POLLO (sin huevo)</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>LACITOS CON TOMATE (sin huevo)</p> <p>FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)</p> <p>HAMBURGUESA COMPLETA CON BACON-QUESO</p> <p>COPA DANONE CHOCOLATE PAN</p>	19	<p>SOPA DE ESTRELLITAS (sin huevo)</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
22	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>FILETE DE POLLO CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	23	<p>JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN (sin huevo)</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON PAPAS DADO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	25	<p>ESPAGUETIS CARBONARA (sin huevo)</p> <p>FILTE DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ROLLITO DE PRIMAVERA</p> <p>POLLO AL LIMÓN</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	
29	<p>ARROZ CON POLLO</p> <p>LENGUADINA A LA ANDALUZA (sin huevo)</p> <p>FRUTA PAN</p>	30	<p>SOPA DE COCIDO (sin huevo)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>				KCAL		

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.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ SIN LECHE



1	<p>GUISANTES salteados con bacon</p> <p>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (sin leche)</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>HELADO DE HIELO PAN</p>	4	<p>PURÉ DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
8	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>SALCHICHAS (sin leche)</p> <p>FRUTA PAN</p>	9	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>JUDÍAS VERDES salteadas</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON PISTO</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	11	<p>TALLARINES CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	12	<p>FESTIVO</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
15	<p>LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	16	<p>ARROZ CON SALSAS ESPAÑOLA</p> <p>FINGER DE POLLO (sin leche)</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>LACITOS CON TOMATE</p> <p>FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>MENÚ DEL ALUMNO PURÉ DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)</p> <p>HAMBURGUESA COMPLETA (sin leche)</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	19	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
22	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	23	<p>JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN (sin leche)</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>PURÉ DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON PAPAS DADO</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	25	<p>ESPAGUETIS CON TOMATE</p> <p>FILTE DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ROLLITO DE PRIMAVERA</p> <p>POLLO AL LIMÓN</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
29	<p>ARROZ CON POLLO</p> <p>LENGUADINA A LA ANDALUZA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	30	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>PURÉ DE VERDURAS DE CALABACÍN ECOLÓGICO</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA</p> <p>YOGUR DE SOJA 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.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ SIN HUEVO-LECHE



1	<p>GUISANTES salteados con bacon</p> <p>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (sin leche)</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>MACARRONES BOLOÑESA (sin huevo)</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CINTA DE LOMO CON TOMATE</p> <p>HELADO DE HIELO PAN</p>	4	<p>PURÉ DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>SOPA DE FIDEOS (sin huevo)</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
8	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>SALCHICHAS (sin huevo-leche)</p> <p>FRUTA PAN</p>	9	<p>SOPA DE COCIDO (sin huevo)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON PISTO</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	11	<p>TALLARINES CON VERDURAS (sin huevo)</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	12	<p>FESTIVO</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
15	<p>LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>FILETE DE TERNERA</p> <p>FRUTA PAN</p>	16	<p>ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA</p> <p>FINGER DE POLLO (sin huevo-leche)</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>LACITOS CON TOMATE (sin huevo)</p> <p>FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>MENÚ DEL ALUMNO PURÉ DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)</p> <p>HAMBURGUESA COMPLETA (sin leche)</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	19	<p>SOPA DE ESTRELLITAS (sin huevo)</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
22	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>FILETE DE POLLO CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	23	<p>JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN (sin huevo-leche)</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>PURÉ DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON PAPAS DADO</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	25	<p>ESPAGUETIS CARBONARA (sin huevo)</p> <p>FILTE DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ROLLITO DE PRIMAVERA</p> <p>POLLO AL LIMÓN</p> <p>YOGUR DE SOJA PAN</p>	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
29	<p>ARROZ CON POLLO</p> <p>LENGUADINA A LA ANDALUZA (sin huevo)</p> <p>FRUTA PAN</p>	30	<p>SOPA DE COCIDO (sin huevo)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA</p> <p>YOGUR DE SOJA 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.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ BAJO EN COLESTEROL



1	<p>GUISANTES salteados</p> <p>FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>MACARRONES CON TOMATE</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON TOMATE</p> <p>HELADO PAN</p>	4	<p>CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DESNATADO PAN</p>	KCAL	
8	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</p> <p>FRUTA PAN</p>	9	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>JUDÍAS VERDES salteadas</p> <p>LOMO DE SAJONIA</p> <p>DANACOL PAN</p>	11	<p>TALLARINES CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	12	FESTIVO	KCAL	
15	<p>LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	16	<p>ARROZ CON SALSAS ESPAÑOLA</p> <p>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>LACITOS CON TOMATE</p> <p>FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)</p> <p>FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA</p> <p>YOGUR DESNATADO PAN</p>	19	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>LOMO DE CERDO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
22	<p>JUDÍAS VERDES salteadas</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	23	<p>JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA</p> <p>DANACOL PAN</p>	25	<p>ESPAGUETIS CON TOMATE</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS</p> <p>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</p> <p>YOGUR DESNATADO PAN</p>	KCAL	
29	<p>ARROZ CON POLLO</p> <p>LENGUADINA AL HORNO CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	30	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO</p> <p>LOMO DE CERDO</p> <p>YOGUR DESNATADO PAN</p>				KCAL		

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.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ SIN FRUTOS SECOS



1	GUISANTES salteados con bacon	2	MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)	3	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	4	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA	5	SOPA DE FIDEOS	KCAL	
	ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON PAPAS DADO		SUPREMA DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS		HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN		FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO		ATÚN CON TOMATE	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		HELADO DE FRESA PAN (sin frutos secos ni derivados)		FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
8	ARROZ CON TOMATE	9	SOPA DE COCIDO (con fideos)	10	JUDÍAS VERDES salteadas con jamón	11	TALLARINES CON VERDURAS	12	FESTIVO	KCAL	
	SALCHICHAS CON PAPAS FRITAS		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)		LOMO DE SAJONIA CON PISTO		FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta			HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)		FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)			PROTEINAS	
										LIPIDOS	
15	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	16	ARROZ CON SALSAS ESPAÑOLA	17	LACITOS CON TOMATE Y QUESO	18	MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)	19	SOPA DE ESTRELLITAS	KCAL	
	HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN		FINGER DE POLLO CON SALSAS BARBACOA		FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS		HAMBURGUESA COMPLETA CON BACON-QUESO YOGUR DE SABORES PAN		CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)	PROTEINAS	
										LIPIDOS	
22	JUDÍAS VERDES salteadas con jamón	23	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	24	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)	25	ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)	26	JORNADA ASIÁTICA	KCAL	
	TORTILLA DE PATATA CON TOMATE		CROQUETAS DE JAMÓN Y EMPANADILLAS DE ATÚN		RAGOUT DE TERNERA CON PAPAS DADO		FILTE DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN		ROLLITO DE PRIMAVERA	HIDRATOS DE CARBONO	
	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)		FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		POLLO AL LIMÓN	PROTEINAS	
									FLAN PAN (sin frutos secos ni derivados)	LIPIDOS	
29	ARROZ CON POLLO	30	SOPA DE COCIDO (con fideos)	31	CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO				KCAL		
	LENGUADINA A LA ANDALUZA CON ENSALADA de la huerta		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)		LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA			HIDRATOS DE CARBONO			
	FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados)			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.

MENÚ OCTUBRE

MENÚ SIN MARISCO



1	<p>GUISANTES salteados con bacon</p> <p>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON PAPAS DADO</p> <p>FRUTA PAN</p>	2	<p>MACARRONES BOLOÑESA (con carne picada)</p> <p>SUPREMA DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	3	<p>LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>HELADO PAN</p>	4	<p>CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	5	<p>SOPA DE FIDEOS</p> <p>ATÚN CON TOMATE</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	KCAL	
8	<p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>SALCHICHAS CON PAPAS FRITAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	9	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	10	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>LOMO DE SAJONIA CON PISTO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	11	<p>TALLARINES CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	12	<p>FESTIVO</p>	KCAL	
15	<p>LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	16	<p>ARROZ CON SALSA ESPAÑOLA</p> <p>FINGER DE POLLO CON SALSA BARBACOA</p> <p>FRUTA PAN</p>	17	<p>LACITOS CON TOMATE Y QUESO</p> <p>FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS</p> <p>FRUTA PAN</p>	18	<p>MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con zanahoria,calabaza y patata)</p> <p>HAMBURGUESA COMPLETA CON BACON-QUESO</p> <p>COPA DANONE CHOCOLATE PAN</p>	19	<p>SOPA DE ESTRELLITAS</p> <p>CINTA DE LOMO ADOBADA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	KCAL	
22	<p>JUDÍAS VERDES salteadas con jamón</p> <p>TORTILLA DE PATATA CON TOMATE</p> <p>FRUTA PAN</p>	23	<p>JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)</p> <p>CROQUETAS DE JAMÓN (sin marisco)</p> <p>FRUTA PAN</p>	24	<p>CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)</p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON PAPAS DADO</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	25	<p>ESPAGUETIS CARBONARA (con nata-bacon)</p> <p>FILTE DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>FRUTA PAN</p>	26	<p>JORNADA ASIÁTICA</p> <p>ROLLITO DE PRIMAVERA</p> <p>POLLO AL LIMÓN</p> <p>FLAN PAN</p>	KCAL	
29	<p>ARROZ CON POLLO AL CURRY</p> <p>LENGUADINA A LA ANDALUZA CON ENSALADA de la huerta</p> <p>FRUTA PAN</p>	30	<p>SOPA DE COCIDO (con fideos)</p> <p>COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)</p> <p>FRUTA PAN</p>	31	<p>CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO</p> <p>LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>				KCAL		

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 2018

Lunes 1. Sopa, huevo con ensalada, fruta y lácteo.

Martes 2. Verdura, jamón cocido con tomate y zanahoria, fruta y lácteo.

Miércoles 3. Verdura, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

Jueves 4. Pescado al horno con patatas y verduritas, ensalada, fruta y lácteo

Viernes 5. Verdura, tortilla con ensalada, fruta y lácteo.

Lunes 8. Crema, huevo con ensalada, fruta y lácteo.

Martes 9. Verdura, pescado azul con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 10. Sopa, pescado cocido con patata cocida, fruta y lácteo.

Jueves 11. Verdura, tortilla con ensalada, fruta y lácteo.

Lunes 15. Verdura, pescado azul con ensalada, fruta y lácteo

Martes 16. Sopa, empanada casera con ensalada, fruta y lácteo.

Miércoles 17. Espinacas a la crema, tortilla, fruta y lácteo

Jueves 18. Verdura, pescado con ensalada, fruta y lácteo.

Viernes 19. Verdura, hígado con ensalada fruta y lácteo

Lunes 22. Crema, pescado azul con ensalada, fruta y lácteo

Martes 23. Ensalada de arroz, calamares plancha, fruta y lácteo.

Miércoles 24. Verdura, huevo con ensalada, fruta y lácteo

Jueves 25. Pescado al horno con verduras, ensalada, fruta y lácteo.

Viernes 26. Ensalada variada, tortilla, macedonia de fruta natural y lácteo

Lunes 29. Verdura, tortilla con ensalada, fruta y lácteo

Martes 30. Ensalada de pasta, pescado azul, fruta y lácteo.

Miércoles 31. Verdura, croquetas caseras con ensalada, fruta y lácteo