

NOVIEMBRE 2017

MENÚ GENERAL

		1		2	3						
			FIESTA	ESPIRALES BOLOÑESA (con carne picada)	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)	KCAL	788				
				FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS	CONTRAMUSLOS DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO	HIDRATOS DE CARBONO	93				
				FRUTA PAN	FRUTA PAN	PROTEINAS	34				
						LÍPIDOS	29				
6	ARROZ CON TOMATE	7	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACÓN	8	SOPA DE COCIDO (con fideos)	9	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín)	10	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	KCAL	796
	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta		ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)		FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE		FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta	HIDRATOS DE CARBONO	95
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		YOGUR DE SABORES PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN	PROTEINAS	36
										LÍPIDOS	29
13	GUISANTES REHOGADOS CON AJITO Y JAMÓN	14	ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)	15	JORNADA ITALIANA	16	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	17	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín)	KCAL	854
	CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS		LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS		TALLARINES NAPOLITANA		CROQUETAS DE JAMÓN CON TOMATE ALIÑADO		RAGOUT DE TERNERA A LA RIOJANA	HIDRATOS DE CARBONO	101
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		BATIDO PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN	PROTEINAS	30
										LÍPIDOS	36
20	MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon)	21	MENÚ DEL ALUMNO	22	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	23	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	24	SOPA DE COCIDO (con fideos)	KCAL	872
	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta		CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)		LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta		FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS		COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata)	HIDRATOS DE CARBONO	106
	FRUTA PAN		CON QUESO FRUTA PAN		GELATINA DE FRUTAS PAN		FRUTA PAN		FRUTA PAN	PROTEINAS	33
										LÍPIDOS	32
27	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMÓN	28	ESPIRALES DE VERDURAS CON TOMATE Y QUESO	29	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	30	CREMA DE ZANAHORIA			KCAL	849
	TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE ALIÑADO		FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta		LOMO DE SAJONIA CON CEBOLLA CARAMELIZADA		FINGER DE POLLO CON PATATAS			HIDRATOS DE CARBONO	98
	FRUTA PAN		FRUTA PAN		YOGUR DE SABORES PAN		FRUTA PAN			PROTEINAS	30
										LÍPIDOS	37

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.

NOVIEMBRE 2017

MENÚ PRIMER CICLO INFANTIL

		1	2	3		
		FIESTA	ESPIRALES BOLOÑESA (con carne picada) DELICIAS DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA O YOGUR PAN	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) FILETE DE POLLO EN SALSA FRUTA O YOGUR PAN	KCAL	
					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
5	7	8	9	10		
ARROZ CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA O YOGUR PAN	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA O YOGUR PAN	SOFA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA O YOGUR PAN	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacin) FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE FRUTA O YOGUR PAN	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta FRUTA O YOGUR PAN	KCAL	
					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
13	14	15	16	17		
GUISANTES REHOGADOS CON AJITO Y JAMÓN CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS FRUTA O YOGUR PAN	ARROZ CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA O YOGUR PAN	JORNADA ITALIANA CODITOS NAPOLITANA FILETE DE POLLO EN SALSA FRUTA O YOGUR PAN	JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CROQUETAS DE JAMÓN CON TOMATE ALIÑADO FRUTA O YOGUR PAN	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA RIOJANA FRUTA O YOGUR PAN	KCAL	
					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
20	21	22	23	24		
MACARRONES CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA O YOGUR PAN	MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE FRUTA O YOGUR PAN	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta FRUTA O YOGUR PAN	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA O YOGUR PAN	SOFA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA O YOGUR PAN	KCAL	
					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
27	28	29	30			
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMÓN TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA O YOGUR PAN	ESPIRALES DE VERDURAS CON TOMATE Y QUESO FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA O YOGUR PAN	JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LOMO DE SAJONIA EN SALSA FRUTA O YOGUR PAN	CREMA DE ZANAHORIA FILETE DE POLLO CON PATATAS FRUTA O YOGUR PAN		KCAL	
					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	

NOVIEMBRE 2017

MENÚ SEGUNDO CICLO INFANTIL

		1	FIESTA	2	ESPIRALES BOLONESA (con carne picada) DELICIAS DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN	3	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) FILETE DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN	KCAL			
6	ARROZ CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	7	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMÓN ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN	8	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN	9	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacin) FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE FRUTA PAN	10	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	KCAL	HIDRATOS DE CARBONO
13	GUISANTES REHOGADOS CON AJITO Y JAMÓN CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS FRUTA PAN	14	ARROZ CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA PAN	15	JORNADA ITALIANA CODITOS NAPOLITANA POLLO A LA MILANESA BEBEDNO PAN	16	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CROQUETAS DE JAMÓN CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN	17	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA ROJANA FRUTA PAN	KCAL	HIDRATOS DE CARBONO
20	MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	21	MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE FRUTA PAN	22	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta GELATINA DE FRUTAS PAN	23	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN	24	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN	KCAL	HIDRATOS DE CARBONO
27	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN	28	ESPIRALES DE VERDURAS CON TOMATE Y QUESO FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	29	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LOMO DE SAJONIA EN SALSA YOGUR DE SABORES PAN	30	CREMA DE ZANAHORIA FINGER DE POLLO CON PATATAS FRUTA PAN		KCAL	HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			

NOVIEMBRE 2017

MENÚ PURÉ

		1		2		3			
		FESTIVO		PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA		PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO		KCAL	
				FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LÍPIDOS	
6	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	7	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	8	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	9	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	10	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN
								KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LÍPIDOS	
13	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	14	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	15	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	16	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	17	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN
								KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LÍPIDOS	
20	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	21	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	22	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	23	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	24	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN
								KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LÍPIDOS	
27	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA	28	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO	29	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza)	30	PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA		
	FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		FRUTA O YOGUR PAN		
								KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LÍPIDOS	

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.

NOVIEMBRE 2017

MENÚ SIN PESCADO

		1	FIESTA	2	ESPIRALES BOLONESA (con carne picada) FILETE DE SAJONIA CON VERDURAS FRUTA PAN	3	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) CONTRAMUSLOS DE POLLO CON CHAMPINÓN AL AJILLO FRUTA PAN	KCAL			
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
5	ARROZ CON TOMATE CINTA DE LOMO CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	7	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN	8	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN	9	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacin) FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE FRUTA PAN	10	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE POLLO CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
13	GUISANTES REHOGADOS CON AJITO Y JAMÓN CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS FRUTA PAN	14	ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) FILETE DE TERNERA CON VERDURAS FRUTA PAN	15	JORNADA ITALIANA TALLARINES NAPOLITANA POLLO A LA MILANESA BATIDO PAN	16	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CROQUETAS DE JAMÓN CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN	17	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) RAGOUT DE TERNERA A LA RIOJANA FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
20	MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) CINTA DE LOMO CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	21	MENU DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO FRUTA PAN	22	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta GELATINA DE FRUTAS PAN	23	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS FILETE DE TERNERA CON VERDURAS FRUTA PAN	24	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
27	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMÓN TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN	28	ESPIRALES DE VERDURAS CON TOMATE Y QUESO FILETE DE TERNERA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	29	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LOMO DE SAJONIA CON CEBOLLA CAMELIZADA YOGUR DE SABORES PAN	30	CREMA DE ZANAHORIA FINGER DE POLLO CON PATATAS FRUTA PAN			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.

NOVIEMBRE 2017

MENÚ SIN LEGUMBRE

		1		2		3			
		FIESTA		ESPIRALES BOLOÑESA (con carne picada) FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN		CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) CONTRAMUSLOS DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN		KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LIPIDOS	
5		7		8		9		10	
ARROZ CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN		ACELGAS REHOGADAS CON BACON ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN		SOPA DE FIDEOS CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS YOGUR DE SABORES PAN		CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacin) FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE FRUTA PAN		MACARRONES CON TOMATE FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	
								KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LIPIDOS	
13		14		15		16		17	
BRÓCOLI REHOGADA CON AJITO Y JAMÓN CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS FRUTA PAN		ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA PAN		JORNADA ITALIANA TALLARINES NAPOLITANA POLLO A LA MILANESA BATIDO PAN		CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) CROQUETAS DE JAMÓN CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN		CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) RAGOUT DE TERNERA A LA RIOJANA FRUTA PAN	
								KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LIPIDOS	
20		21		22		23		24	
MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN		MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO FRUTA PAN		CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta GELATINA DE FRUTAS PAN		ARROZ CON POLLO Y VERDURAS FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN		SOPA DE FIDEOS CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS FRUTA PAN	
								KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LIPIDOS	
27		28		29		30			
ACELGAS REHOGADAS CON JAMÓN TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN		ESPIRALES DE VERDURAS CON TOMATE Y QUESO FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN		ARROZ CON TOMATE LOMO DE SAJONIA CON CEBOLLA CARAMELIZADA YOGUR DE SABORES PAN		CREMA DE ZANAHORIA FINGER DE POLLO CON PATATAS FRUTA PAN			
								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.

NOVIEMBRE 2017

MENÚ SIN CERDO

		1		2		3			
		FIESTA		ESPIRALES BOLOÑESA (con carne picada) FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN		CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) CONTRAMUSLOS DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN		KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LÍPIDOS	
5		7		9		10		KCAL	
ARROZ CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN		JUDIAS VERDES REHOGADAS CON AJITO ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN		SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN		CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacin) FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE FRUTA PAN		HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LÍPIDOS	
13		14		15		16		KCAL	
GUISANTES REHOGADOS CON AJITO FILETE DE TERNERA CON PATATAS FRUTA PAN		ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo) LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA PAN		JORNADA ITALIANA TALLARINES NAPOLITANA POLLO A LA MILANESA BATIDO PAN		JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CROQUETAS DE BACALAO CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN		HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LÍPIDOS	
20		21		22		23		KCAL	
MACARRONES CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN		MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO FRUTA PAN		LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LIBRITOS DE QUESO CON ENSALADA de la huerta GELATINA DE FRUTAS PAN		ARROZ CON POLLO Y VERDURAS FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN		HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LÍPIDOS	
27		28		29		30		KCAL	
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON AJITO TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN		ESPIRALES DE VERDURAS CON TOMATE Y QUESO FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN		JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE TERNERA CON CEBOLLA CARAMELIZADA YOGUR DE SABORES PAN		CREMA DE ZANAHORIA FINGER DE POLLO CON PATATAS FRUTA PAN		HIDRATOS DE CARBONO	
								PROTEINAS	
								LÍPIDOS	

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.

NOVIEMBRE 2017

MENÚ SIN GLUTEN

		1	2	3		
		FIESTA	ESPIRALES BOLOÑESA (sin gluten) FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN (especial celiaco)	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) CONTRAMUSLOS DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN (especial celiaco)	KCAL	
					HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
6	7	8	9	10	KCAL	
ARROZ CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN (especial celiaco)	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON ALBÓNDIGAS DE TERNERA (sin gluten) FRUTA PAN (especial celiaco)	SOPA DE COCIDO (sin gluten) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacin) FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE FRUTA PAN (especial celiaco)	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN (especial celiaco)	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
13	14	15	16	17	KCAL	
GUISANTES REHOGADOS CON AJITO Y JAMÓN CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS FRUTA PAN (especial celiaco)	ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA PAN (especial celiaco)	JORNADA ITALIANA TALLARINES NAPOLITANA (sin gluten) POLLO A LA MILANESA (sin gluten) BATIDO PAN (especial celiaco)	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CROQUETAS DE JAMÓN (sin gluten) FRUTA PAN (especial celiaco)	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) RAGOUT DE TERNERA A LA RIOJANA FRUTA PAN (especial celiaco)	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
20	21	22	23	24	KCAL	
MACARRONES CARBONARA (sin gluten) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN (especial celiaco)	MENU DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA COMPLETA (sin gluten) FRUTA PAN (especial celiaco)	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO (sin gluten) GELATINA DE FRUTAS BATIDO PAN (especial celiaco)	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN (especial celiaco)	SOPA DE COCIDO (sin gluten) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN (especial celiaco)	HIDRATOS DE CARBONO	
					PROTEINAS	
					LIPIDOS	
27	28	29	30		KCAL	
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMÓN TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN (especial celiaco)	ESPIRALES DE VERDURAS (sin gluten) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN (especial celiaco)	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LOMO DE SAJONIA CON CEBOLLA CARAMELIZADA YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	CREMA DE ZANAHORIA FINGER DE POLLO (sin gluten) FRUTA PAN (especial celiaco)		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.

NOVIEMBRE 2017

MENÚ SIN HUEVO

		1	FIESTA	2	ESPIRALES BOLOÑESA (sin huevo) FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN	3	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) CONTRAMUSLOS DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN	KCAL			
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
5	ARROZ CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	7	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN	8	SOPA DE COCIDO (sin huevo) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN	9	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacin) FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE FRUTA PAN	10	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
13	GUISANTES REHOGADOS CON AJITO Y JAMÓN CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS FRUTA PAN	14	ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-jamón) LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA PAN	15	JORNADA ITALIANA TALLARINES NAPOLITANA (sin huevo) POLLO A LA MILANESA (sin huevo) BATIDO PAN	16	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CROQUETAS DE JAMÓN (sin huevo) FRUTA PAN	17	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) RAGOUT DE TERNERA A LA RIOJANA FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
20	MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	21	MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO FRUTA PAN	22	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO (sin huevo) GELATINA DE FRUTAS PAN	23	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN	24	SOPA DE COCIDO (sin huevo) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
27	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMÓN FILETE DE TERNERA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN	28	ESPIRALES DE VERDURAS (sin huevo) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	29	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LOMO DE SAJONIA CON CEBOLLA CARAMELIZADA YOGUR DE SABORES PAN	30	CREMA DE ZANAHORIA FINGER DE POLLO (sin huevo) FRUTA PAN		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.

NOVIEMBRE 2017

MENÚ SIN LECHE

		1	2	3	KCAL	HIDRATOS DE CARBONO	PROTEINAS	LIPIDOS					
		FIESTA	ESPIRALES BOLOÑESA (con carne picada) FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN	PURÉ DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacín) CONTRAMUSLOS DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN									
5	ARROZ CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	7	JUDIAS VERDES REHOGADAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN	8	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SOJA PAN	9	PURÉ DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacín) FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE FRUTA PAN	10	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	KCAL	HIDRATOS DE CARBONO	PROTEINAS	LIPIDOS
13	GUISANTES REHOGADOS CON AJITO CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS FRUTA PAN	14	ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo) LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA PAN	15	JORNADA ITALIANA TALLARINES NAPOLITANA POLLO A LA PLANCHA YOGUR DE SOJA PAN	16	JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CROQUETAS DE JAMÓN (sin leche) FRUTA PAN	17	PURÉ DE VERDURAS RAGOUT DE TERNERA A LA RIOJANA FRUTA PAN	KCAL	HIDRATOS DE CARBONO	PROTEINAS	LIPIDOS
20	MACARRONES CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	21	MENÚ DEL ALUMNO PURÉ DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA COMPLETA FRUTA PAN	22	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LIBRITOS DE JAMÓN (sin leche) GELATINA DE FRUTAS PAN	23	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN	24	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN	KCAL	HIDRATOS DE CARBONO	PROTEINAS	LIPIDOS
27	JUDIAS VERDES REHOGADAS TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN	28	ESPIRALES DE VERDURAS CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	29	JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LOMO DE SAJONIA CON CEBOLLA CARMELIZADA YOGUR DE SOJA PAN	30	PURÉ DE ZANAHORIA FINGER DE POLLO (sin leche) FRUTA PAN			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.

NOVIEMBRE 2017

MENÚ SIN HUEVO-LECHE

		1	FIESTA	2	ESPIRALES BOLOÑESA (sin huevo) FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN	3	PURÉ DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) CONTRAMUSLOS DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN	KCAL			
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
5	ARROZ CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	7	JUDIAS VERDES REHOGADAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN	8	SOPA DE COCIDO (sin huevo) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SOJA PAN	9	PURÉ DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacin) FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE FRUTA PAN	10	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
13	GUISANTES REHOGADOS CON AJITO Y JAMÓN CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS FRUTA PAN	14	ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria) LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA PAN	15	JORNADA ITALIANA TALLARINES NAPOLITANA (sin huevo) POLLO A LA MILANESA (sin huevo) YOGUR DE SOJA PAN	16	JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CROQUETAS DE JAMÓN (sin huevo-leche) FRUTA PAN	17	PURÉ DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) RAGOUT DE TERNERA A LA RIOJANA FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
20	MACARRONES CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	21	MENÚ DEL ALUMNO PURÉ DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA COMPLETA FRUTA PAN	22	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LIBRITOS DE JAMÓN (sin huevo-leche) GELATINA DE FRUTAS PAN	23	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN	24	SOPA DE COCIDO (sin huevo) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
27	JUDIAS VERDES REHOGADAS FILETE DE TERNERA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN	28	ESPIRALES DE VERDURAS (sin huevo) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	29	JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LOMO DE SAJONIA CON CEBOLLA CARAMELIZADA YOGUR DE SOJA PAN	30	PURÉ DE ZANAHORIA FINGER DE POLLO (sin huevo-leche) FRUTA PAN		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.

NOVIEMBRE 2017

MENÚ BAJO EN COLESTEROL

		1	FIESTA	2	ESPIRALES CON TOMATE FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN	3	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) PECHUGA DE POLLO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN	KCAL			
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
5	ARROZ CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	7	JUDIAS VERDES REHOGADAS FILETE DE TERNERA FRUTA PAN	8	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DESNATADO PAN	9	CREMA DE CALABACÍN (con patata,zanahoria y calabacin) FILETE DE PAVO A LA PLANCHA FRUTA PAN	10	LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
13	GUISANTES REHOGADOS CON AJITO LOMO DE SAJONIA FRUTA PAN	14	ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA PAN	15	JORNADA ITALIANA TALLARINES NAPOLITANA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA YOGUR DESNATADO PAN	16	JUDIAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) TORTILLA FRANCESA CON TOMATE ALINADO FRUTA PAN	17	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) FILETE DE TERNERA FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
20	MACARRONES CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	21	MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) FILETE DE TERNERA FRUTA PAN	22	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta GELATINA DE FRUTAS PAN	23	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN	24	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
27	JUDIAS VERDES REHOGADAS TORTILLA FRANCESA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA PAN	28	ESPIRALES DE VERDURAS CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	29	JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LOMO DE SAJONIA CON CEBOLLA FRITA YOGUR DESNATADO PAN	30	CREMA DE ZANAHORIA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA FRUTA PAN		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 SIN FRUTOS SECOS

		1		2		3				
		FIESTA		ESPIRALES BOLONESA (con carne picada)		CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin)		KCAL		
				FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS		CONTRAMUSLOS DE POLLO CON CHAMPINÓN AL AJILLO		HIDRATOS DE CARBONO		
				FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados)		PROTEINAS		
								LIPIDOS		
6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
ARROZ CON TOMATE	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON	SOPA DE COCIDO (con fideos)	CREMA DE CALABACIN (con patata,zanahoria y calabacin)	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA	FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE	FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta	KCAL	
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)	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)	HIDRATOS DE CARBONO	
									PROTEINAS	
									LIPIDOS	
13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
GUISANTES REHOGADOS CON AJITO Y JAMÓN	ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón)	JORNADA ITALIANA	JUDIAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin)	CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS	LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS	POLLO A LA MILANESA	LAGOUT DE TERNERA A LA RIOJANA	BATIDO DE FRESA	KCAL
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)	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)	HIDRATOS DE CARBONO
										PROTEINAS
										LIPIDOS
20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	
MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon)	MENU DEL ALUMNO	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS	SOPA DE COCIDO (con fideos)	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza)	LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	JUDIAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	KCAL
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)	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)	HIDRATOS DE CARBONO
										PROTEINAS
										LIPIDOS
27	28	29	30							
JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMÓN	ESPIRALES DE VERDURAS CON TOMATE Y QUESO	JUDIAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata)	CREMA DE ZANAHORIA							KCAL
TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE ALINADO	FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta	LOMO DE SAJONIA CON CEBOLLA CARAMELIZADA	FINGER DE POLLO CON PATATAS							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)							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 SIN MARISCO

		1		2		3					
		FIESTA		ESPIRALES BOLONESA (con carne picada)		CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin)		KCAL			
				FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS		CONTRAMUSLOS DE POLLO CON CHAMPINÓN AL AJILLO		HIDRATOS DE CARBONO			
				FRUTA PAN		FRUTA PAN		PROTEINAS			
								LIPIDOS			
6	ARROZ CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	7	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON BACON ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN	8	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera.patata) YOGUR DE SABORES PAN	9	CREMA DE CALABACIN (con patata,zanahoria y calabacin) FILETE DE PAVO EN SALSA DE TOMATE FRUTA PAN	10	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE CAZÓN CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
13	GUISANTES REHOGADOS CON AJITO Y JAMÓN CINTA DE LOMO ADOBADA CON PATATAS FRUTA PAN	14	ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) LOMOS DE MERLUZA EN SALSA CON VERDURAS FRUTA PAN	15	JORNADA ITALIANA TALLARINES NAPOLITANA POLLO A LA MILANESA BATIDO PAN	16	JUDIAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CROQUETAS DE JAMÓN (sin marisco) FRUTA PAN	17	CREMA DE VERDURAS (con patata,zanahoria,puerro y calabacin) RAGOUT DE TERNERA A LA RIOJANA FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
20	MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	21	MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria y calabaza) HAMBURGUESA COMPLETA CON QUESO FRUTA PAN	22	LENTEJAS GUIADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LIBRITOS DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA de la huerta GELATINA DE FRUTAS PAN	23	ARROZ CON POLLO Y VERDURAS FILETE DE MERLUZA CON VERDURAS FRUTA PAN	24	SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera.patata) FRUTA PAN	KCAL	
								HIDRATOS DE CARBONO			
								PROTEINAS			
								LIPIDOS			
27	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMÓN TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE ALINADO FRUTA PAN	28	ESPIRALES DE VERDURAS CON TOMATE Y QUESO FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN	29	JUDIAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LOMO DE SAJONIA CON CEBOLLA CARAMELIZADA YOGUR DE SABORES PAN	30	CREMA DE ZANAHORIA FINGER DE POLLO CON PATATAS FRUTA PAN			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.