

NOVIEMBRE

CEIP "LA PAZ"



COMEDOR

ESCOLAR



Semana 1-5	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	DÍA SIN ACTIVIDAD DOCENTE	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS	CREMA DE VERDURAS	ARROZ CON POLLO	GARBANZOS GUISADOS
SEGUNDOS		MERLUZA EN SALSA VERDE	MAGRO DE CERDO CON TOMATE	ENSALADA COMPLETA CON CABALLA	HAMBURGUESA DE TERNERA
GUARNICIÓN		GUISANTES REHOGADOS	ZANAHORIA BABY	FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA
POSTRE		FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 8-12	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	BROCOLI	JUDÍAS PINTAS GUISADAS	ESPAGUETIS CON BACON	ARROZ CALDOSO CON VERDURAS	SOPA DE COCIDO
SEGUNDOS	NUGGETS DE POLLO	COLITAS DE RAPE A LA VIZCAÍNA	REVUELTO DE YORK	ATÚN CON TOMATE	TERNERA ESTOFADA
GUARNICIÓN	ARROZ PILAF	PATATA ASADA	ENSALADA	ENSALADA	FRUTA DE TEMPORADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 15-19	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	PATATAS CON COSTILLA	LENTEJAS ESTOFADAS CON TOMATE	CREMA DE ESPINACAS	JUDÍAS PINTAS GUISADAS	DÍA DE LA ENSEÑANZA
SEGUNDOS	TORTILLA DE QUESO	LOMO DE CERDO ASADO	FRITURA ANDALUZA	CHULETA DE PAVO	
GUARNICIÓN	ENSALADA	PISTO	ENSALADA	ENSALADA	
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	
Semana 22-26	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	SOPA DE LLUVIA	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE GUISANTES	COLIFLOR	ALUBIAS BLANCAS CON MAGRO
SEGUNDOS	ALBONDIGAS CON TOMATE	BACALAO AL HORNO	TORTILLA DE PATATAS	CALDERETA DE CORDERO	FLETÁN AL AJILLO
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ZANAHORIA SALTEADA	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 29-3	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	CREMA DE CALABACÍN	LENTEJAS CASTELLANAS	FIDEUA DE VERDURAS	SOPA DE PESCADO	ARROZ A LA CUBANA
SEGUNDOS	TORTILLA DE YORK	MERLUZA	POLLO AL CHILINDRÓN	COSTILLAS ASADAS	SALMÓN AL HORNO
GUARNICIÓN	ENSALADA	VERDURAS ASADAS	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA

ATENCIÓN: Es posible que, por causas ajenas al comedor y para mejorar el servicio que presta, en ciertos casos o momentos haya que cambiar algún menú o alguno de sus componentes.

TODOS LOS DÍAS SE SIRVE EL MENÚ CON PAN Y AGUA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

MEÚES ESPECIALES Y PERSONALIZADOS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANES ALIMENTARIOS. REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO.



RECOMENDACIONES DE CENAS

SI COMES

GRUPO DE ALIMENTO PRESENTE EN LA COMIDA

RECOMENDACIÓN DE CENA SEGÚN EL GRUPO DE ALIMENTO UTILIZADO EN LA COMIDA

 PASTA/ARROZ/PATATA/LEGUMBRE

 VERDURA

 CARNE

 PESCADO

 HUEVO

 FRUTA

 POSTRE LÁCTEO

 VERDURA

 PASTA/ARROZ/PATATA/LEGUMBRE

 PESCADO O HUEVO 

 CARNE O HUEVO 

 PESCADO O CARNE 

 POSTRE LÁCTEO

 FRUTA

CENA



