

ENERO

CEIP "LA PAZ"



COMEDOR

ESCOLAR



Semana 8-10	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS			MACARRONES AL GRATÉN	SOPA DE COCIDO	ARROZ PILAF
SEGUNDOS			POLLO AL AJILLO	MAGRO CON TOMATE	MERLUZA AL HORNO
GUARNICIÓN			PATATAS AL HORNO	ENSALADA	TOMATE ALIÑADO
POSTRE			FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 13-17	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	LENTEJAS RIOJANA	CREMA DE CALABACÍN	COLIFLOR AL GRATÉN	GUISANTES A LA FRANCESA	PATATAS CON COSTILLA
SEGUNDOS	TORTILLA DE QUESO	BACALAO CON RATATOUILLE	REVUELTO DE AJETES	MUSLITOS DE POLLO	CABALLA CON PISTO
GUARNICIÓN	TOMATE ALIÑADO/PEPINO	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 20-24	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	SOPA DE PESCADO CON ARROZ	GARBANZOS CON POLLO Y CURRY	FUSSILLI CON VERDURAS	CREMA PARMENTIER CON SETAS	LENTEJAS CON ARROZ
SEGUNDOS	TORTILLA DE ATÚN	ATÚN SALTEADO CON SOJA	LOMO ASADO CON MANZANA	MERLUZA A LA KOSKER	REUELTO DE GAMBAS
GUARNICIÓN	TOMATE Y PEPINO	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR
Semana 27-31	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	FARFALLE CARBONARA	SAN JULIÁN	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE GUISANTES	JUDIAS PINTAS CON VERDURAS
SEGUNDOS	TORTILLA DE PATATA		BACALAO EN PAPILOTE	MUSLITOS DE POLLO AL HORNO	REVUELTO DE SETAS
GUARNICIÓN	TOMATE ALIÑADO		ENSALADA	ENSALADA	PATATA ASADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR

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, UN DÍA A LA SEMANA SE SIRVE PAN INTEGRAL

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.

ALÉRGICOS

ALTRAMUZ		MARISCOS		GLUTEN		SÉSAMO	
APIO		MOLUSCOS		HUEVOS		SOJA	
CACAHUETES		MOSTAZA		LÁCTEOS		SULFITOS	
FRUTOS SECOS		PESCADOS					

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

