

# FEBRERO

## CEIP "LA PAZ"



# COMEDOR

## ESCOLAR



Semana 3-8	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>PRIMEROS</b>	ARROZ CON TOMATE	FABADA	CREMA DE CALABAZA	TALLARINES BOLOÑESA	GUISANTES A LA FRANCESA
<b>SEGUNDOS</b>	TORTILLA DE BACALAO	LENGUADO AL LIMÓN	FILETES RUSOS CON TOMATE	BONITO AL HORNO	MUSLOS DE POLLO AL AJILLO
<b>GUARNICIÓN</b>	ENSALADA	ENSALADA	PATATAS DADO	TOMATE Y PEPINO	ENSALADA
<b>POSTRE</b>	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR
Semana 10-14	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>PRIMEROS</b>	MARMITAKO	GARBANZOS CON ARROZ	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE PICADILLO	LENTEJAS JARDINERA
<b>SEGUNDOS</b>	REVUELTO DE CHAMPIÑÓN	COSTILLAS ASADAS CON PIÑA	SARDINILLAS	MAGRO CON TOMATE	HALIBUT AL HORNO
<b>GUARNICIÓN</b>	ENSALADA	TOMATE ALIÑADO	ENSALADA	ARROZ PILAF	ENSALADA
<b>POSTRE</b>	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR
Semana 17-21	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>PRIMEROS</b>	MACARRONES CON TOMATE	JUIDAS PINTAS CON CHORIZO	ARROZ CON TOMATE	SOPA DE COCIDO CON GARBANZOS	CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA
<b>SEGUNDOS</b>	TORTILLA FRANCESA	ESCALOPE DE POLLO AL AJILLO	SALMÓN AL HORNO	REVUELTO DE SETAS Y AJÍTES	MERLUZA A LA KOSKERA
<b>GUARNICIÓN</b>	ENSALADA	VERDURAS ASADAS	ENSALADA	ENSALADA	PIMIENTOS ASADOS
<b>POSTRE</b>	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 24-28	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>PRIMEROS</b>	LENTEJAS CASTELLANAS	ESPIRALES CON BONITO	JUDÍAS VERDES CON TOMATE	POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS	ARROZ A LA CUBANA
<b>SEGUNDOS</b>	TORTILLA DE PATATA	SOLOMILLO EN SALSAS ESPAÑOLA	BACALAO PAPILOTE	ATÚN CON SOJA Y LIMÓN	REVUELTO DE JAMÓN Y SETAS
<b>GUARNICIÓN</b>	ENSALADA	PATATA PANADERA	ENSALADA	TOMATE ALIÑADO	ENSALADA
<b>POSTRE</b>	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	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, UN DÍA A LA SEMANA SE SIRVE PAN INTEGRAL

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

MESES 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

