JUNIO
CEIP "LA PAZ"

COMEDOR ESCOLAR

Semana 2-3	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS		ARROZ CON TOMATE	ENSALADA DE GARGANZOS		
SEGUNDOS		SALCHICHAS AL HORNO	TILAPIA AL HORNO		
GUARNICIÓN		ENSALADA	ENSALADA		
POSTRE		FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR		

Semana 8-12	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURA	MACARRONES CON TOMAT	ENSALADILLA RUSA	ARROZ CON POLLO	GUISANTES CON JAMÓN
SEGUNDOS	NUGGETS DE POLLO	HALIBUT AL HORNO	HAMBURGUESA	TORTILLA CON QUESO	SALMÓN AL HORNO
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA

Semana 15-17	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	ENSALADA DE JUDIAS BLANCAS	SALMOREJO	PIZZA VARIADA		
SEGUNDOS	JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO	BACALAO GRATINADO	PATATAS FRITAS		
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA		
POSTRE	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, DOS DÍAS A LA SEMANA SE SIRVE PAN INTEGRAL. POSTRE: manzana, pera, plátano, naranja.

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria…) Un día a la semana se sirve pasta o arroz integral

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

ALÉRGENOS

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	CENA	RECOMENDACIÓN DE CENA SEGÚN EL GRUPO DE ALIMENTO UTILIZADO EN LA COMIDA
	PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE		VERDURA
	VERDURA		PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE
	CARNE		PESCADO O HUEVO
	PESCADO		CARNE O HUEVO
	HUEVO		PESCADO O CARNE
	FRUTA		POSTRE LÁCTEO
	POSTRE LÁCTEO		FRUTA

CEIP La Paz
Cuenca