

MARZO

CEIP "LA PAZ"



COMEDOR

ESCOLAR



Semana 2-6	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	MACARONES NAPOLITANA 	SOPA DE COCIDO 	ARROZ TRES DELICIAS 	GUISO DE PATATAS CON TERNERA	LENTEJAS ESTOFADAS 
SEGUNDOS	REVUELTO DE BACON	COCIDO COMPLETO	ATÚN A LA PLACHA	PINCHO DE POLLO	BACALAO AL HORNO 
GUARNICIÓN	ENSALADA 		ENSALADA 	ENSALADA	VERDURAS ASADAS 
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 9-13	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	ESPAGUETTIS NAPOLITANA 	JUDIAS ESTOFADAS	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	HERVIDO DE JUDIAS PATATA Y ZANAHORIA	POTAJE DE VIGILIA
SEGUNDOS	TORTILLA DE PATATA	POLLO A LA PLANCHA	TILAPIA A LA BILBAÍNA 	CHULETA DE SAJONIA 	SALMÓN AL HORNO 
GUARNICIÓN	ENSALADA 	ENSALADA 	ENSALADA	ENSALADA	VERDURAS ASADAS
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 18-20	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	MACARRONES NAPOLITANA 	GUISANTES REHOGADOS	ARROZ CON TOMATE	BROCOLI GRATINADO 	LENTEJAS ESTOFADAS 
SEGUNDOS	REVUELTO DE SETAS	LASAÑA BOLOÑESA 	MERLUZA EN SALSAS 	ALITAS DE POLLO AL HORNO	DORADA CON AJO Y PEREJIL 
GUARNICIÓN	ENSALADA 	ENSALADA	VERDURAS ASADAS 	ENSALADA	VERDURAS ASADAS
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
SEMANA 23-27	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	MACARRONES NAPOLITANA 	JUDIAS ESTOFADAS	PAELLA DE MARISCO 	CREMA VICHYSOISE 	GARBANZOS A LA MARINERA 
SEGUNDOS	TORTILLA FRANCESA 	CHULETA DE PAVO A LA PLANCHA	HALIBUT AL HORNO 	ALBÓNDIGAS EN SALSAS	GALLINETA AL HORNO 
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA 	ENSALADA 	PATATA Y CHAMPINON AL AJILLO	VERDURAS ASADAS 
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	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, Maiz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...) Un día a la semana se sirve pasta o arroz integral

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

