

NOVIEMBRE

CEIP "LA PAZ"



Semana 3-7	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	COLIFOR GRATINADA CON BACON	LENTEJAS ESTOFADAS	MACARRONES NAPOLITANA	GUISANTES CON JAMÓN	PATATAS RIOJANAS
SEGUNDOS	TORTILLA FRANCESA	BACALAO HORNO	LOMO DE CERDO ASADO	MUSLITOS DE POLLO ASADOS	ATÚN PLANCHA CON VERDURAS
GUARNICIÓN	ENSALADA	VERDURAS ASADAS	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 10-14	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	CREMA DE CALABAZA	POTAJE DE GARBANZOS CON BACALAO	ESPAGUETTIS BOLOÑES	JUDIAS PINTAS ESTOFADAS	DÍA DE LA ENSEÑANZA
SEGUNDOS	REVUELTO DE JAMÓN	POLLO A LA PLANCHA	MERLUZA EN SALSA VERDE	CHULETA SAJONIA	
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA	VERDURAS ASADAS	ENSALADA	
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	
Semana 17-21	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	PATATAS MARINERA	LENTEJAS CON VERDURA	MENESTRA REHOGADA	JUDIAS CON CHORIZO	MACARRONES NAPOLITANA
SEGUNDOS	REVUELTO DE YORK	TILAPIA AL HORNO	HAMBURGUESA	SALMÓN AL HORNO	PINCHOS DE POLLO
GUARNICIÓN	ENSALADA	ESCALIBADA	ENSALADA	VERDURAS ASADAS	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
SEMANA 24-29	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	VERDURAS REHOGADAS	GUISANTES CON JAMÓN	ESPAGUETTIS NAPOLITANA	SOPA DE COCIDO	ARROZ TRES DELICIAS
SEGUNDOS	TORTILLA DE PATATA	NUGGETS DE POLLO	HALIBUT CON AJO Y PEREJIL	COCIDO COMPLETO	DORADA A LA BILBAÍNA
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA		ENSALADA
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, 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	
SI COMES	 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

CENA

