

NOVIEMBRE

CEIP "LA PAZ"



COMEDOR

ESCOLAR



Semana 4-8	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS	SOPA DE PICADILLO	GUISANTES A LA FLAMENCA	COLIFLOR AL GRATEN	CREMA VICHY
SEGUNDOS	REVUELTO DE CHAMPIÑÓN	COSTILLAS ASADAS	ATÚN CON TOMATE	TORTILLA DE YORK	SALCHICHAS CON TOMATE
GUARNICIÓN	ENSALADA	TOMATE ALIÑADO	PISTO	ENSALADA	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 11-15	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	FUSILLI BOLOÑESA	JUDÍAS PINTAS A LA RIOJANA	TALLARINES SALTEADOS CON VERDURAS Y SOJA	SOPA DE COCIDO	CREMA DE CALABACÍN Y QUESO
SEGUNDOS	TORTILLA DE PATATAS	HALIBUT EN PAPILOTE	MAGRO DE CERDO CON TOMATE	POLLO AL CHILDRÓN	SALMÓN AL HORNO
GUARNICIÓN	ENSALADA	VERDURAS ASADAS	PATATAS ASADAS	ENSALADA	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 18-22	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	JUDIÁS VERDES CON TOMATE	LENTEJAS A LA JARDINERA	FARFALLE AURORA	POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS	ARROZ A LA CUBANA
SEGUNDOS	TORTILLA CON CALABACÍN	BACALAO AJOARRIERO	SOLOMILLO DE CERDO	ATUN SALTEADO CON LIMON Y SOJA	JAMONCITOS DE POLLO ASADOS
GUARNICIÓN	ENSALADA	PATATA PANADERA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 25-29	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	MACARRONES CARBONARA	LENTEJAS CON VERDURAS Y ARROZ INTEGRAL	GUISANTES CON ATÚN	CREMA PARMENTIER CON SETAS	SOPA DE COCIDO
SEGUNDOS	TORTILLA CON CHORIZO	LENGUADO AL LIMÓN Y ENELDO	LOMO DE CERDO CON MANZANA ASADA	SALMÓN EN PAPILOTE	REVUELTO DE CHAMPIÑÓN Y SETAS
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA	TOMATE ALIÑADO	ENSALADA	PATATAS ASADAS
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA Y YOGUR	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, UN DÍA A LA SEMANA SE SIRVE PAN INTEGRAL

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maiz, 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 ALIMENTO UTILIZADO EN LA COMIDA
<p> PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE</p> <p> VERDURA</p> <p> CARNE</p> <p> PESCADO</p> <p> HUEVO</p> <p> FRUTA</p> <p> POSTRE LÁCTEO</p>	<p> VERDURA</p> <p> PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE</p> <p> PESCADO O HUEVO </p> <p> CARNE O HUEVO </p> <p> PESCADO O CARNE </p> <p> POSTRE LÁCTEO</p> <p> FRUTA</p>

CENA



DE