

SEPTIEMBRE
CEIP "LA PAZ"



Semana 8-11	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS		ARROZ CON TOMATE	ENSALADA DE GARBANZOS	GUISANTES CON JAMON	ENSALADILLA RUSA
SEGUNDOS		SALCHICAS EN SALSA	TILAPIA AL HORNO	TORTILLA CON QUESO	SALMÓN AL HORNO
GUARNICIÓN		ENSALADA	TOMATE Y PEPINO	ENSALADA	ENSALADA
POSTRE		FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 15-19	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	MACARRONES CON TOMATE	ENSALADA DE JUDÍAS BLANCAS	CREMA DE CALABACÍN	ENSALADA DE ARROZ INTEGRAL	JUDÍAS CANELA CON CHORIZO
SEGUNDOS	HALIBUT AL HORNO	MAGRO DE CERDO EN SALSA	TORTILLA DE . :ON TOMATE	PINCHO DE POLLO	DORADA A LA PLANCHA
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR
Semana 22-26	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS		LENTEJAS ESTOFADAS	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE VERDURAS	CARACOLAS A LA NPOLITANA
SEGUNDOS		SALCHICHAS AL HORNO	BACALAO AL HORNO	TORTILLA CON QUESO	CHULETA DE SAJONIA
GUARNICIÓN		ENSALADA	VERDURA REHOGADA	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA
POSTRE		FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA Y YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA
Semana 28-30	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
PRIMEROS	ARROZ TRES DELICIAS	GARBANZOS ESTOFADOS	SOPA DE PICADILLO		
SEGUNDOS	TORTILLA FRANCESA	TILAPIA AL HORNO	PECHUGA A LA PLANCHA		
GUARNICIÓN	ENSALADA TOMATE	ENSALADA	ENSALADA LECHUGA Y MAIZ		
POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA/YOGUR		
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...) MEÜES 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

GRUPO DE ALIMENTO PRESENTE EN LA COMIDA	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

