

ENERO 2019

MENÚ GENERAL

| | 1 | 2 | 3 | 4 | KCAL | |
|----|---|--|--|---|--|-----|
| | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | FIESTA | JUDIAS VERDES salteadas con jamón TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN | CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN | 790 |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | 95 |
| | | | | | PROTEINAS | 37 |
| | | | | | LIPIDOS | 29 |
| 14 | ARROZ CON TOMATE HUEVOS RELLENOS DE ATUN FRUTA PAN | CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN | MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA PAN | JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA NACHOS CON GUACAMOLE BURRITOS DE POLLO FLAN PAN | 876 |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | 102 |
| | | | | | PROTEINAS | 31 |
| | | | | | LIPIDOS | 34 |
| 21 | TALLARINES CON VERDURAS ATÚN CON TOMATE FRUTA PAN | CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA PAN | JUDIAS VERDES salteadas con bacon CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta YOGUR DE SABORES PAN | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) SUPREMA DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN | 802 |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | 101 |
| | | | | | PROTEINAS | 32 |
| | | | | | LIPIDOS | 32 |
| 28 | GUISANTES salteados con jamón LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA FRUTA PAN | ESPAGUETIS BOLONESA (con carne picada) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA PAN | MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico) TIRAS DE POLLO CON SALSA BARBACOA PROFITEROLES con nata y chocolate PAN TRINA DE NARANJA-LIMÓN | | 857 |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | 102 |
| | | | | | PROTEINAS | 31 |
| | | | | | LIPIDOS | 35 |

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.
Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

ENERO 2019

MENÚ PRIMER CICLO INFANTIL

| | | | | | | |
|--|---|---|---|--|---------------------|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | | |
| | FIESTA | ARROZ CON TOMATE ALBÓDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA O YOGUR PAN | SOPA DE FIDEOS FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA O YOGUR PAN | CREMA DE CALABACÍN FILETE DE POLLO EN SALSA FRUTA O YOGUR PAN | KCAL | |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | | |
| FIESTA | JUDIAS VERDES salteadas con jamón TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta FRUTA O YOGUR PAN | LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) DELICIAS DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA O YOGUR PAN | CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) FILETE DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA O YOGUR PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA O YOGUR PAN | KCAL | |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA NACHOS CON GUACAMOLE BURRITOS DE POLLO FRUTA O YOGUR PAN | | |
| ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN FRUTA O YOGUR PAN | CREMA DE VERDURAS ALBÓDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA O YOGUR PAN | MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA O YOGUR PAN | JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON TOMATE FRUTA O YOGUR PAN | KCAL | | |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | | |
| CODITOS CON VERDURAS FILETE DE LENGUADINA EN SALSA FRUTA O YOGUR PAN | CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA O YOGUR PAN | JUDIAS VERDES salteadas con bacon CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta FRUTA O YOGUR PAN | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) RABAS DE CALAMAR CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA O YOGUR PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA O YOGUR PAN | KCAL | |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 28 | 29 | 30 | MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico) TIRAS DE POLLO CON TOMATE FRUTA O YOGUR PAN | | | |
| GUISANTES salteados con jamón LOMO DE SAJONIA EN SALSA FRUTA O YOGUR PAN | TIBURONES BOLOÑESA (con carne picada) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA O YOGUR PAN | LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA O YOGUR PAN | KCAL | | | |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |

ENERO 2019

MENÚ SEGUNDO CICLO INFANTIL

| | 1 | 2 | 3 | 4 | KCAL | |
|---|---|--|---|--|---------------------|--|
| | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | KCAL | |
| FIESTA | JUDIAS VERDES salteadas con jamón TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) DELICIAS DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN | CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA NACHOS CON GUACAMOLE BURRITOS DE POLLO FLAN PAN | KCAL | |
| ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON JAMON FRUTA PAN | CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN | MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA PAN | JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | KCAL | |
| CODITOS CON VERDURAS FILETE DE LENGUADINA EN SALSA FRUTA PAN | CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) HAMBURGUESA DE TERNERA CON TOMATE FRUTA PAN | JUDIAS VERDES salteadas con bacon CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta YOGUR DE SABORES PAN | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) RABAS DE CALAMAR CON CHAMPIÑON AL AJILLO FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 28 | 29 | 30 | MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico) TIRAS DE POLLO CON TOMATE PROFITEROLES con nata y chocolate PAN TRINA DE NARANJA-LIMON | | KCAL | |
| GUISANTES salteados con jamón LOMO DE SAJONIA EN SALSA FRUTA PAN | TIBURONES BOLOÑESA (con carne picada) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA PAN | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |

ENERO 2019

MENÚ PURÉ

| | | | | | | |
|--|--|---|--|--|------------------------|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | KCAL | |
| | FIESTA | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza) | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | KCAL | |
| FIESTA | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza) | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | KCAL | |
| PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza) | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO | HIDRATOS DE CARBONO | |
| FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | KCAL | |
| PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza) | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO | HIDRATOS DE CARBONO | |
| FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | KCAL | |
| PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON TERNERA | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PAVO | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON PESCADO (merluza) | PURÉ DE VERDURAS (patata,zanahoria,puerro) CON POLLO | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | FRUTA O YOGUR PAN | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |

Se irán introduciendo verduras como la judía verde, la calabaza, el calabacín y la acelga a medida que los niños la vayan tolerando.
Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.
En primer y segundo ciclo de infantil , la ternera se sustituirá por carne de ternera picada.

ENERO 2019

MENÚ SIN PESCADO

| | 1 | 2 | 3 | 4 | KCAL | |
|---|--|---|---|--|---------------------|--|
| | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | KCAL | |
| FIESTA | JUDIAS VERDES salteadas con jamón TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON VERDURAS FRUTA PAN | CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | | KCAL | |
| ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN FRUTA PAN | CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN | MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) FILETE DE POLLO A LA ANDALUZA FRUTA PAN | JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA NACHOS CON GUACAMOLE BURRITOS DE POLLO FLAN PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | KCAL | |
| TALLARINES CON VERDURAS FILETE DE POLLO FRUTA PAN | CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA PAN | JUDIAS VERDES salteadas con bacon CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta YOGUR DE SABORES PAN | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) CINTA DE LOMO CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 28 | 29 | 30 | MENÚ DEL ALUMNO | | KCAL | |
| GUISANTES salteados con jamón LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CAMELIZADA FRUTA PAN | ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada) FILETE DE POLLO CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA PAN | CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico) TIRAS DE POLLO CON SALSA BARBACOA PROFITEROLES con nata y chocolate PAN TRINA DE NARANJA-LIMÓN | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

ENERO 2019

MENÚ SIN LEGUMBRE

| | 1 | 2 | 3 | 4 | KCAL | |
|---|--|--|--|--|---------------------|--|
| | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | KCAL | |
| FIESTA | ACELGAS salteadas con jamón TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | ARROZ CON TOMATE FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN | CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN | SOPA DE FIDEOS CINTA DE LOMO YOGUR DE SABORES PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA BURRITOS DE POLLO FLAN PAN | KCAL | |
| ARROZ CON TOMATE HUEVOS RELLENOS DE ATÚN FRUTA PAN | CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN | MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA PAN | CREMA DE VERDURAS CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | KCAL | |
| TALLARINES CON VERDURAS ATÚN CON TOMATE FRUTA PAN | CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA PAN | ACELGAS salteadas con bacon CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta YOGUR DE SABORES PAN | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) SUPREMA DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN | SOPA DE FIDEOS CINTA DE LOMO FRUTA PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 28 | 29 | 30 | MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico) TIRAS DE POLLO CON SALSA BARBACOA PROFITEROLES con nata y chocolate PAN TRINA DE NARANJA-LIMON | | KCAL | |
| ACELGAS salteados con jamón LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA FRUTA PAN | ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | ARROZ CON TOMATE TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA PAN | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

ENERO 2019

MENÚ SIN CERDO

| | 1 | 2 | 3 | 4 | KCAL | |
|---|--|--|--|--|---------------------|--|
| | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | KCAL | |
| FIESTA | JUDIAS VERDES salteadas con ajo TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN | CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA NACHOS CON GUACAMOLE BURRITOS DE POLLO FLAN PAN | | |
| ARROZ CON TOMATE HUEVOS RELLENOS DE ATÚN FRUTA PAN | CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN | MACARRONES CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA PAN | JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN | | KCAL | |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | KCAL | |
| TALLARINES CON VERDURAS ATÚN CON TOMATE FRUTA PAN | CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA PAN | JUDIAS VERDES salteadas con ajo CROQUETAS DE BACALAO CON ENSALADA de la huerta YOGUR DE SABORES PAN | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo) SUPREMA DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 28 | 29 | 30 | MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico) TIRAS DE POLLO CON SALSA BARBACOA PROFITEROLES con nata y chocolate PAN TRINA DE NARANJA-LIMÓN | | | |
| GUISANTES salteados con ajo FILETE DE TERNERA CON CEBOLLA CARAMELIZADA FRUTA PAN | ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA PAN | | | KCAL | |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

ENERO 2019

MENÚ SIN GLUTEN

| | 1 | 2 | 3 | 4 | KCAL | |
|--|---|---|--|---|---------------------|--|
| | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | KCAL | |
| FIESTA | JUDIAS VERDES salteadas con jamón TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN (especial celiaco) | LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN (especial celiaco) | CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN (especial celiaco) | SOPA DE COCIDO (sin gluten) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco) | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA BURRITOS DE POLLO FLAN PAN | KCAL | |
| ARROZ CON TOMATE HUEVOS RELLENOS DE ATÚN FRUTA PAN (especial celiaco) | CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN (especial celiaco) | MACARRONES CARBONARA (sin gluten) FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA (sin gluten) FRUTA PAN (especial celiaco) | JUDIÁS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN (especial celiaco) | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | KCAL | |
| TALLARINES CON VERDURAS (sin gluten) ATÚN CON TOMATE FRUTA PAN (especial celiaco) | CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA PAN (especial celiaco) | JUDIAS VERDES salteadas con bacon CROQUETAS DE JAMÓN (sin gluten) YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco) | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) SUPREMA DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN (especial celiaco) | SOPA DE COCIDO (sin gluten) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN (especial celiaco) | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 28 | 29 | 30 | MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacin ecológico) TIRAS DE POLLO (sin gluten) NATILLAS PAN (especial celiaco) | | KCAL | |
| GUISANTES salteados con jamón LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA FRUTA PAN (especial celiaco) | ESPAGUETIS BOLOÑESA (sin gluten) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN (especial celiaco) | LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA PAN (especial celiaco) | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

ENERO 2019

MENÚ SIN HUEVO

| | 1 | 2 | 3 | 4 | KCAL | |
|---|--|--|---|---|---------------------|--|
| | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | KCAL | |
| FIESTA | JUDIAS VERDES salteadas con jamón LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN | CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (sin huevo) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA BURRITOS DE POLLO YOGUR DE SABORES PAN | KCAL | |
| ARROZ CON TOMATE FILETE DE POLLO CON JAMÓN FRUTA PAN | CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN | MACARRONES CARBONARA (sin huevo) FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA PAN | JUDIÁS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | KCAL | |
| TALLARINES CON VERDURAS (sin huevo) ATÚN CON TOMATE FRUTA PAN | CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA PAN | JUDIAS VERDES salteadas con bacon CROQUETAS DE JAMÓN (sin huevo) YOGUR DE SABORES PAN | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-jamón) SUPREMA DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (sin huevo) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 28 | 29 | 30 | MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico) TIRAS DE POLLO (sin huevo) YOGUR DE SABORES PAN TRINA DE NARANJA-LIMÓN | | KCAL | |
| GUISANTES salteados con jamón LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA FRUTA PAN | ESPAGUETIS BOLOÑESA (sin huevo) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE TERNERA CON TOMATE FRUTA PAN | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

ENERO 2019

MENÚ SIN LECHE

| | 1 | 2 | 3 | 4 | KCAL | |
|---|---|--|---|---|---------------------|--|
| | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | KCAL | |
| FIESTA | JUDIAS VERDES salteadas con jamón TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN | PURÉ DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SOJA PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA | KCAL | |
| ARROZ CON TOMATE HUEVOS RELLENOS DE ATÚN FRUTA PAN | PURÉ DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN | MACARRONES CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA PAN | JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN | BURRITOS DE POLLO YOGUR DE SOJA PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | KCAL | |
| TALLARINES CON VERDURAS ATÚN CON TOMATE FRUTA PAN | PURÉ DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA PAN | JUDIAS VERDES salteadas con bacon CROQUETAS DE JAMÓN (sin leche) YOGUR DE SOJA PAN | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) SUPREMA DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 28 | 29 | 30 | MENÚ DEL ALUMNO PURÉ DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico) | | KCAL | |
| GUISANTES salteados con jamón LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA FRUTA PAN | ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA PAN | TIRAS DE POLLO (sin leche) YOGUR DE SOJA PAN TRINA DE NARANJA-LIMÓN | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

ENERO 2019

MENÚ SIN HUEVO-LECHE

| | 1 | 2 | 3 | 4 | KCAL | |
|---|---|--|--|---|---------------------|--|
| | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | KCAL | |
| FIESTA | JUDIAS VERDES salteadas con jamón LOMO DE SAJONIA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN | PURÉ DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (sin huevo) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SOJA PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA BURRITOS DE POLLO YOGUR DE SOJA PAN | KCAL | |
| ARROZ CON TOMATE FILETE DE POLLO CON JAMÓN FRUTA PAN | PURÉ DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN | MACARRONES CON TOMATE (sin huevo) FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA PAN | JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | KCAL | |
| TALLARINES CON VERDURAS (sin huevo) ATÚN CON TOMATE FRUTA PAN | PURÉ DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA PAN | JUDIAS VERDES salteadas con bacon CROQUETAS DE JAMÓN (sin huevo-leche) YOGUR DE SOJA PAN | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-jamón) SUPREMA DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (sin huevo) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 28 | 29 | 30 | MENÚ DEL ALUMNO PURÉ DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico) TIRAS DE POLLO (sin huevo-leche) YOGUR DE SOJA PAN TRINA DE NARANJA-LIMÓN | | KCAL | |
| GUISANTES salteados con jamón LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA FRUTA PAN | ESPAGUETIS BOLOÑESA (sin huevo) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE TERNERA CON TOMATE FRUTA PAN | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

ENERO 2019

MENÚ BAJO EN COLESTEROL

| | 1 | 2 | 3 | 4 | KCAL | |
|--|--|---|--|--|---------------------|--|
| | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | KCAL | |
| FIESTA | JUDIAS VERDES salteadas TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN | CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DESNATADO PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA | KCAL | |
| ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN FRUTA PAN | CREMA DE VERDURAS FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA FRUTA PAN | MACARRONES CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA AL HORNO FRUTA PAN | JUDÍAS BLANCAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) LOMO DE CERDO CON PISTO FRUTA PAN | PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA DANACOL PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | KCAL | |
| TALLARINES CON VERDURAS ATÚN CON TOMATE FRUTA PAN | CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA FRUTA PAN | JUDIAS VERDES salteadas TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA de la huerta YOGUR DESNATADO PAN | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) SUPREMA DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 28 | 29 | 30 | MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacín ecológico) | | KCAL | |
| GUISANTES salteados LOMO DE CERDO A LA PLANCHA FRUTA PAN | ESPAGUETIS CON TOMATE FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS GUIADAS (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) TORTILLA FRANCESA CON TOMATE FRUTA PAN | PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA DANACOL PAN | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.

Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

ENERO 2019

MENÚ SIN FRUTOS SECOS

| | 1 | 2 | 3 | 4 | KCAL | | |
|----|--|---|---|--|---|------|--|
| | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | HIDRATOS DE CARBONO | | |
| | | | | | PROTEINAS | | |
| | | | | | LIPIDOS | | |
| 7 | FIESTA | JUDIAS VERDES salteadas con jamón TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados) | KCAL | |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | | |
| | | | | | PROTEINAS | | |
| | | | | | LIPIDOS | | |
| 14 | ARROZ CON TOMATE HUEVOS RELLENOS DE ATÚN FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | JUDIÁS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA NACHOS CON GUACAMOLE BURRITOS DE POLLO FLAN PAN (sin frutos secos ni derivados) | KCAL | |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | | |
| | | | | | PROTEINAS | | |
| | | | | | LIPIDOS | | |
| 21 | TALLARINES CON VERDURAS ATÚN CON TOMATE FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | JUDIAS VERDES salteadas con bacon CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA de la huerta YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados) | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) SUPREMA DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | KCAL | |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | | |
| | | | | | PROTEINAS | | |
| | | | | | LIPIDOS | | |
| 28 | GUISANTES salteados con jamón LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CAMELIZADA FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA PAN (sin frutos secos ni derivados) | MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacin ecológico) TIRAS DE POLLO CON SALSA BARBACOA YOGUR DE SABORES PAN (sin frutos secos ni derivados) | | KCAL | |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | | |
| | | | | | PROTEINAS | | |
| | | | | | LIPIDOS | | |

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.
Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.

ENERO 2019

MENÚ SIN MARISCO

| | 1 | 2 | 3 | 4 | | |
|----|---|--|--|--|--|---|
| | FIESTA | FIESTA | FIESTA | FIESTA | KCAL | |
| | | | | | HIDRATOS DE CARBONO | |
| | | | | | PROTEINAS | |
| | | | | | LIPIDOS | |
| 7 | FIESTA | JUDIAS VERDES salteadas con jamón TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN | CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA (con zanahoria ecológica) CONTRAMUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) YOGUR DE SABORES PAN | KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEINAS LIPIDOS |
| 14 | ARROZ CON TOMATE HUEVOS RELLENOS DE ATÚN FRUTA PAN | CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN | MACARRONES CARBONARA (con nata-bacon) FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA PAN | JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN | JORNADA MEXICANA SOPA DE VERDURAS TIJUANA NACHOS CON GUACAMOLE BURRITOS DE POLLO FLAN PAN | KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEINAS LIPIDOS |
| 21 | TALLARINES CON VERDURAS ATÚN CON TOMATE FRUTA PAN | CREMA DE CALABAZA (con patata,zanahoria,calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA PAN | JUDIAS VERDES salteadas con bacon CROQUETAS DE JAMÓN (sin marisco) YOGUR DE SABORES PAN | ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria-huevo-jamón) SUPREMA DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN | SOPA DE COCIDO (con fideos) COCIDO COMPLETO (garbanzos,ternera,patata) FRUTA PAN | KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEINAS LIPIDOS |
| 28 | GUISANTES salteados con jamón LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA FRUTA PAN | ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA de la huerta FRUTA PAN | LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria,pimiento,cebolla y patata) TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA PAN | MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO (con calabacin ecológico) TIRAS DE POLLO CON SALSA BARBACOA PROFITEROLES con nata y chocolate PAN TRINA DE NARANJA-LIMÓN | | KCAL HIDRATOS DE CARBONO PROTEINAS LIPIDOS |

Valoración realizada por laboratorios BIOTAB S.L. C.I.F. B-78320926.
Tenemos a disposición de las familias la información sobre alérgenos de los platos que aparecen en este menú.