



MENÚ DEL COMEDOR ESCOLAR OCTUBRE DE 2018

<p>LUNES 1 Potaje de lentejas Varitas de pescado^{1,4} y ensalada FRUTA</p>	<p>MARTES 2 Gazpacho Fideoua^{1,2,4,14} FRUTA+BATIDO⁷</p>	<p>MIÉRCOLES 3 Arroz con choco¹⁴ Huevos³ revueltos con habitas YOGUR⁷</p>	<p>JUEVES 4 Potaje de chicharos Filete de pollo con pisto FRUTA</p>	<p>VIERNES 5 Crema de puerros⁷ Merluza⁴ con guisantes FRUTA</p>
<p>LUNES 8 Patatas a lo pobre Tortilla³ de queso⁷ y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MARTES 9 Puchero Atún⁴ a la plancha con ensalada FRUTA+BATIDO⁷</p>	<p>MIÉRCOLES 10 Crema de calabaza⁷ Ternera en salsa con champiñones YOGUR⁷</p>	<p>JUEVES 11 Potaje de lentejas Cajamares^{1,14} fritos y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>VIERNES 12 </p>
<p>LUNES 15 Arroz con gambas² Salchichas⁶ de pavo con tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MARTES 16 Puré de calabacín⁷ Tortilla³ de patatas y ensalada FRUTA+BATIDO⁷</p>	<p>MIÉRCOLES 17 Potaje de chicharos Rosada⁴ a la plancha y tomate aliñado YOGUR⁷</p>	<p>JUEVES 18 Menestra rehogada Macarrones¹ a la bolognesa FRUTA</p>	<p>VIERNES 19 Garbanzos con espinacas Bacalao^{1,4} frito con ensalada FRUTA</p>
<p>LUNES 22 Puré de zanahorias⁷ Tortilla³ de patatas con ensalada FRUTA</p>	<p>MARTES 23 Potaje de lentejas Cazón^{1,4} frito y tomate aliñado FRUTA+BATIDO⁷</p>	<p>MIÉRCOLES 24 Macarrones^{1,7} gratinados Lomo en salsa con zanahorias YOGUR⁷</p>	<p>JUEVES 25 Coliflores rehogadas Arroz a la cubana³ FRUTA</p>	<p>VIERNES 26 Potaje de chicharos Merluza⁴ a la plancha y ensalada FRUTA</p>
<p>LUNES 29 Espaguetis^{1,7} carbonara Salchichas⁶ de pavo y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MARTES 30 Arroz con almejas¹⁴ Huevos³ revueltos con berenjenas FRUTA+BATIDO⁷</p>	<p>MIÉRCOLES 31 Garbanzos con choco¹⁴ Mero⁴ en salsa con guisantes YOGUR⁷</p>	<p>SUSTANCIAS O PRODUCTOS QUE CAUSAN ALERGIAS O INTOLERANCIA SEGÚN REGLAMENTO (UE) No 1169/2011</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cereales que contengan gluten, a saber: trigo, centeno, cebada, avena, espelta, kamut, híbridas y derivados 2. Crustáceos 3. Huevos 4. Pescado 5. Cacahuetes 6. Soja 7. Leche y sus derivados (incluida la lactosa). 8. Frutos de cáscara, es decir: almendras, avellanas, nueces, anacardos, pacanas, nueces de Brasil, alféncigos (Pistacia vera), nueces de macadamia. 9. Apio 10. Mostaza 11. Granos de sésamo 12. Altramuces 13. Dióxido de azufre y sulfitos en concentraciones superiores a 10 mg/kg o 10 mg/litro en términos de SO2 total 14. Moluscos 	


MENÚ DEL COMEDOR ESCOLAR OCTUBRE DE 2018

SUGERENCIA DE CENAS COMPLEMENTARIAS

<p>LUNES 1 Pisto con huevo cuajado FRUTA</p>	<p>MARTES 2 Menestra con jamón Dorada al horno FRUTA+BATIDO⁷</p>	<p>MIÉRCOLES 3 Judías verdes con patatas Salmón a la plancha YOGUR⁷</p>	<p>JUEVES 4 Sopa juliana Tortilla de patata FRUTA</p>	<p>VIERNES 5 Champiñones rehogados Pollo en salsa FRUTA</p>
<p>LUNES 8 Aliño de pulpo FRUTA</p>	<p>MARTES 9 Salteado de verduras Albóndigas con patatas FRUTA+BATIDO⁷</p>	<p>MIÉRCOLES 10 Espinacas con patatas Tortilla de jamón YOGUR⁷</p>	<p>JUEVES 11 Coliflor con bechamel Pez espada a la plancha FRUTA</p>	<p>VIERNES 12</p> 
<p>LUNES 15 Escalibada Pijotas fritas FRUTA</p>	<p>MARTES 16 Sopa de fideos Salmón ahumado con espárragos FRUTA+BATIDO⁷</p>	<p>MIÉRCOLES 17 Judías verdes rehogadas Lomo al horno YOGUR⁷</p>	<p>JUEVES 18 Tomate aliñado Huevos revueltos con champiñones FRUTA</p>	<p>VIERNES 19 Puré de verduras Huevas aliñadas FRUTA</p>
<p>LUNES 22 Ensalada de pescado FRUTA</p>	<p>MARTES 23 Sopa de arroz Hamburguesa con ensalada FRUTA+BATIDO⁷</p>	<p>MIÉRCOLES 24 Calabacines rehogadas Acedías fritas YOGUR⁷</p>	<p>JUEVES 25 Berenjenas rellenas de carne gratinadas FRUTA</p>	<p>VIERNES 26 Sopa de fideos Huevos revueltos con brócoli FRUTA</p>
<p>LUNES 29 Pimientos asados Boquerones fritos FRUTA</p>	<p>MARTES 30 Escarola o endivias aliñadas Filetes rusos FRUTA+BATIDO⁷</p>	<p>MIÉRCOLES 31 Salteado de verduras Huevo frito YOGUR⁷</p>		


MENÚ DEL COMEDOR ESCOLAR OCTUBRE DE 2018

MENÚ SIN LECHE

<p>LUNES 1 Potaje de lentejas Varitas de pescado y ensalada FRUTA</p>	<p>MARTES 2 gazpacho Fideoua FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 3 Arroz con choco Huevos revueltos con habitas POSTRE DE SOJA</p>	<p>JUEVES 4 Potaje de chicharos Filete de pollo con pisto FRUTA</p>	<p>VIERNES 5 Crema de puerross^{s/1} Merluza con guisantes FRUTA</p>
<p>LUNES 8 Patatas a lo pobre Tortilla de jamón y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MARTES 9 Puchero Atún a la plancha con ensalada FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 10 Crema de calabazas^{s/L} Ternera en salsa con champiñones POSTRE DE SOJA</p>	<p>JUEVES 11 Potaje de lentejas Calamares fritos y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>VIERNES 12</p> 
<p>LUNES 15 Arroz con gambas Salchichas de pavo con tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MARTES 16 Puré de calabacín^{s/1} Tortilla de patatas y ensalada FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 17 Potaje de chicharos Rosada a la plancha y tomate aliñado POSTRE DE SOJA</p>	<p>JUEVES 18 Menestra rehogada Macarrones a la bolognesa FRUTA</p>	<p>VIERNES 19 Garbanzos con espinacas Bacalao frito con ensalada FRUTA</p>
<p>LUNES 22 Puré de zanahorias^{s/1} Tortilla de patatas con ensalada FRUTA</p>	<p>MARTES 23 Potaje de lentejas Cazón frito y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 24 Macarrones con atún Lomo en salsa con zanahorias POSTRE DE SOJA</p>	<p>JUEVES 25 Coliflores rehogadas Arroz a la cubana FRUTA</p>	<p>VIERNES 26 Potaje de chicharos Merluza a la plancha y ensalada FRUTA</p>
<p>LUNES 29 Espaguetis bolognesa Salchichas de pavo y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MARTES 30 Arroz con almejas Huevos revueltos con berenjenas FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 31 Garbanzos con choco Mero en salsa con guisantes POSTRE DE SOJA</p>		


MENÚ DEL COMEDOR ESCOLAR OCTUBRE DE 2018

MENÚ SIN GLUTEN

<p>LUNES 1 Potaje de lentejas Calamar frito_{s/g} y ensalada FRUTA</p>	<p>MARTES 2 gazpacho Fideoua_{s/g} FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 3 Arroz con choco Huevos revueltos con habitas YOGUR₇</p>	<p>JUEVES 4 Potaje de chicharos Filete de pollo con pisto FRUTA</p>	<p>VIERNES 5 Crema de puerros Merluza con guisantes FRUTA</p>
<p>LUNES 8 Patatas a lo pobre Tortilla de queso y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MARTES 9 Puchero Atún a la plancha con ensalada FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 10 Crema de calabaza Ternera en salsa con champiñones YOGUR₇</p>	<p>JUEVES 11 Potaje de lentejas Calamar frito_{s/g} y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>VIERNES 12 </p>
<p>LUNES 15 Arroz con gambas Salchichas de pavo con tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MARTES 16 Puré de calabacín Tortilla de patatas y ensalada FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 17 Potaje de chicharos Rosada a la plancha y tomate aliñado YOGUR₇</p>	<p>JUEVES 18 Menestra rehogada Macarrones_{s/g} a la bolognesa FRUTA</p>	<p>VIERNES 19 Garbanzos con espinacas Bacalao frito_{s/g} con ensalada FRUTA</p>
<p>LUNES 22 Puré de zanahorias Tortilla de patatas con ensalada FRUTA</p>	<p>MARTES 23 Potaje de lentejas Cazón frito_{s/g} y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 24 Macarrones_{s/g} gratinados Lomo en salsa con zanahorias YOGUR₇</p>	<p>JUEVES 25 Coliflores rehogadas Arroz a la cubana FRUTA</p>	<p>VIERNES 26 Potaje de chicharos Merluza a la plancha y ensalada FRUTA</p>
<p>LUNES 29 Espaguetis_{s/g} carbonara Salchichas de pavo y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MARTES 30 Arroz con almejas Huevos revueltos con berenjenas FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 31 Garbanzos con choco Mero en salsa con guisantes YOGUR₇</p>		

MENÚ DEL COMEDOR ESCOLAR OCTUBRE DE 2018

MENÚ MULTIALÉRGICO

<p>LUNES 1 Puré de verduras Varitas de pescado y ensalada FRUTA</p>	<p>MARTES 2 gazpacho Macarrones con tomate FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 3 Arroz con choco Huevos revueltos con espinacas YOGUR₇</p>	<p>JUEVES 4 Patatas aliñadas Filete de pollo con pisto FRUTA</p>	<p>VIERNES 5 Crema de puerros Merluza con zanahorias FRUTA</p>
<p>LUNES 8 Patatas a lo pobre Tortilla de jamón y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MARTES 9 Sopa de arroz Atún a la plancha con ensalada FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 10 Crema de calabaza Ternera en salsa con champiñones YOGUR₇</p>	<p>JUEVES 11 Sopa de fideos Calamares fritos y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>VIERNES 12</p> 
<p>LUNES 15 Arroz con champiñones Salchichas de pavo_{s/s} con tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MARTES 16 Puré de calabacín_{s/l} Tortilla de patatas y ensalada FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 17 Patatas aliñadas Rosada a la plancha y tomate aliñado YOGUR₇</p>	<p>JUEVES 18 Champiñones rehogados Macarrones a la bolognesa FRUTA</p>	<p>VIERNES 19 Espinacas con patatas Bacalao frito con ensalada FRUTA</p>
<p>LUNES 22 Puré de zanahorias Tortilla de patatas con ensalada FRUTA</p>	<p>MARTES 23 Sopa de arroz Cazón frito y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 24 Macarrones con atún Lomo en salsa con zanahorias YOGUR₇</p>	<p>JUEVES 25 Coliflores rehogadas Arroz a la cubana FRUTA</p>	<p>VIERNES 26 Puré de verduras Merluza a la plancha y ensalada FRUTA</p>
<p>LUNES 29 Espaguetis carbonara Salchichas de pavo_{s/s} y tomate aliñado FRUTA</p>	<p>MARTES 30 Arroz con choco Huevos revueltos con berenjenas FRUTA</p>	<p>MIÉRCOLES 31 Puré de verduras Mero en salsa con guisantes YOGUR₇</p>		