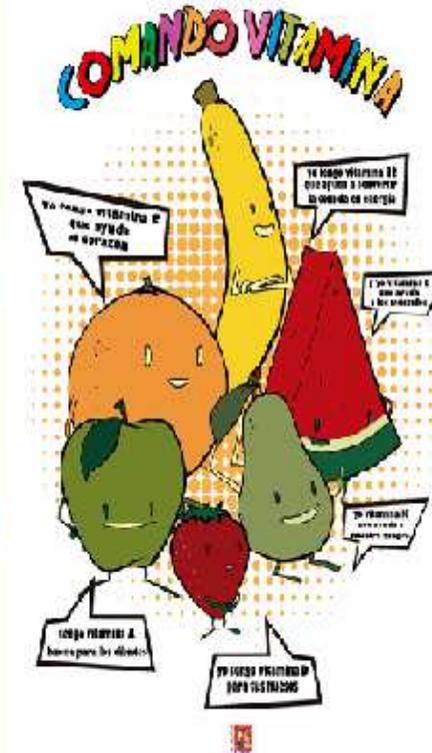




MENÚ SIN CERDO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES 1	VIERNES 2
			Crema de champiñón (patata,cebolla,ajo) Tortilla de patata con cebolla (3) con lechuga y tomate Fruta de temporada	Guiso de alubias blancas con verduras Merluza rebozada S/G/H/Lact (4) con arroz pilaf Fruta de temporada
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Verduras rehogadas (patata,zanah.,guisan.,judía verde) Contra de pollo en salsa (1) Fruta de temporada	Paella de verduras (calab.,guisant,piminto.,cebolla.) Albóndigas de pollo y ternera en salsa (1,3,6,7,12) Fruta de temporada	Garbanzos rehogados con tomate Bacalao rebozado (1,4) con lechuga y soja (6) Yogur (7)	Fruta de temporada FESTIVO	Espaguetis con tomate (1,3) Tortilla francesa casera (3) Rueda de tomate Fruta de temporada
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Crema de espinacas San jacobito de pollo al horno (1,6,7,12) Patatas fritas Fruta de temporada	Fideuá (judías,pimientos,cebolla) (1,3) Pescado blanco (4) Fruta de temporada	Judías pintas estofadas con zanahoria Boquerones rebozados (1,2,3,4,7,14) con ensalada de lechuga y maíz Yogur (7)	Macarrones gratinados (1,3,7) Filete de gallo rebozado (1,4) con lechuga y zanahoria Fruta de temporada	Crema de legumbres Tortilla de patata con cebolla (3) con lechuga y tomate Fruta de temporada
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Judías verdes al ajillo Pollo estofado (zanah.,pimientos,cebolla) (1,12) Fruta de temporada	Hamburguesa de calamar (1,2,3,4,6,7,8,9,10,12,14) Completa (pan,queso,lechuga y tomate) (1,3,6,7,11) Postre especial (6,7)	VACACIONES		
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30



La cena debe complementar la comida escolar, aportando entre el 25-30% de la energía diaria.

Debe ser ligera y no muy grasa para no alterar el sueño del niño.

Preferible preparar pescado azul, ya que al tener más espinas, no se suele ofertar en el comedor.

