



OCTUBRE 2024

MENÚ BASAL

COLEGIO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
0 0 0 0 0 0	1 CREMA DE CALABACÍN Y PUERRO 14-6-7-10 FIDEUA DE RAPE 1-3-4-6-10 YOGUR 7	2 LENTEJAS CASERAS CON CHORIZO 1 TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE TOMATE 3 FRUTA 0	3 ARROZ CALDOSO DE VERDURITAS 0 MERLUZA AL HORNO CON PATATA Y COLIFLOR 1-4 FRUTA 0	4 SOPA DE ESTRELLITA 1-3-6-10 JAMÓN ASADO EN SALSA CON ENSALADA DE LECHUGA (lechuga, maíz, zanahoria) 14 0 NATILLAS DE VAINILLA
7 CREMA DE ZANAHORIA 14-6-7 GUIZO DE ARROZ MARINERO (merluza, calamares, mejillones) 2-4-12-14 YOGUR 7	8 SOPA MINISTRONE 1-3-6-9-10 ALBÓNDIGAS EN SALSA DE TOMATE CON PATATA DADO 6-14 FRUTA 0	9 MACARRONES GRATINADOS CON TOMATE 1-3-6-7-10 MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA 1-3-4 YOGUR 7	10 CALDO GALLEGO 0 ESTOFADO DE TERNERA CON PATATA Y GUISANTES 14 FRUTA 0	11 JUDÍAS CON HUEVO 3 POLLO GUISADO CON FIDEOS 1-3-6-10 YOGUR 7
14 MENESTRA CON JAMÓN 6 GUIZO DE CARNE CON PATATAS 14 FRUTA 0	15 ESPIRALES EN SALSA DE VERDURAS 1-3-6-10 REDONDO DE PAVO CON PURÉ DE PATATA 6-7-14 YOGUR 7	16 CREMA MULTIVERDURAS 14-6-7 GUIZO DE ARROZ CON BACALAO 4-14 FLAN DE VAINILLA 7	17 SOPA DE VERDURAS 9 MACARRONES BOLOÑESA 1-3-6-10-14 YOGUR 7	18 GARBANZOS CON CHORIZO 6 MERLUZA AL HORNO CON GUISANTES Y ZANAHORIA 1-4 0 FRUTA
21 ALUBIAS VEGETALES 0 TORTILLA CON ENSALADA 3 YOGUR 7	22 CREMA DE CALABAZA 14-6-7 LOMO ASADO CON ARROZ 14 FRUTA 0	23 CALDO GALLEGO 0 EMPANADA DE ATÚN 1-3-4-7 YOGUR 7	24 JUDÍAS CON JAMÓN 6 FIDEOS GUISADOS CON CARNE 1-3-6-10 FRUTA 0	25 LENTEJAS ESTOFADAS 1 POLLO ASADO CON MENESTRA 14 FRUTA 0
28 CALDO DE JUDÍA Y ZANAHORIA 0 MILANESA DE CERDO CON ARROZ 1-3 FRUTA 0	29 CREMA DE PUERRO Y CALABACÍN 14-6-7 GUIZO DE RAPE CON PASTA 1-3-4-6-10 YOGUR 7	30 LENTEJAS VEGETALES 1 TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE TOMATE 3 FRUTA 0	31 PAELLA DE HORTALIZA 0 MERLUZA AL HORNO CON PATATA Y ZANAHORIA 1-4 FRUTA 0	0 0 0 0 0 0

INFORMACION PARA ALERGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE1169/2011). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico, para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. La presencia/ausencia de alérgenos en los platos puede variar debido a cambios en la receta provisional (cocina central) y/o alteraciones en nuestros productos y proveedores habituales. Para más seguridad, consulte trazabilidad del menú entregado cada día.



Legenda: 1 gluten; 2 crustáceos; 3 huevo; 4 pescado; 5 cacahuetes; 6 soja; 7 lácteos; 8 frutos con cáscara; 9 apio; 10 mostaza; 11 sésamo; 12 molusco; 13 altramuces; 14 sulfitos