

MENÚ SEPTIEMBRE 2020. Primaria, ESO y Bachillerato

COMIDA		CENA	COMIDA		CENA
Miércoles	DÍA NO LECTIVO		Viernes	Patatas en salsa verde.	Verdura.
2			18	Huevos con bechamel con ensalada de lechuga y zanahoria.	Empanada.
Jueves	DÍA NO LECTIVO		Lunes	Yogur.	Lácteo.
3			21	Arroz a la milanesa.	Ensalada.
Viernes	DÍA NO LECTIVO		Martes	Croquetas con menestra.	Pescado.
4			22	Fruta.	Lácteo.
Lunes	Arroz con tomate. Merluza rebozada con brócoli. Fruta.	Verdura. Tortilla. Lácteo.	Miércoles	Pasta rehogada con verduras.	Sopa.
7			23	Revuelto de patata y jamón york con ensalada de tomate.	Pollo.
Martes	Ensalada de legumbres/Puré de legumbres. Magro de cerdo a la riojana. Fruta.	Sopa. Pescado. Fruta.	Jueves	Fruta.	Fruta.
8			24	Lentejas con verduras y chorizo.	Sandwich mixto.
Miércoles	Cuscús con verduras. Tortilla de patata con ensalada. Fruta.	Ensalada. Pollo. Lácteo.	Viernes	Magro en salsa con menestra.	Fruta.
9			25	Fruta.	
Jueves	Judías verdes con atún. Ragout ternera con zanahoria baby. Fruta en su jugo.	Verdura. Pescado. Lácteo.	Lunes	Lentejas con verduras y chorizo.	Puré.
10			28	Merluza con pisto.	Pollo.
Viernes	Pasta salteada con verduras. Merluza al horno con pisto. Yogur.	Sopa. Tortilla. Fruta.	Martes	Fruta en su jugo.	Lácteo.
11			29	Garbanzos estofados con verduras.	Ensalada.
Lunes	Arroz con verduras. Cinta de lomo en salsa con champiñones. Fruta.	Pizza vegetal. Lácteo.	Miércoles	Merluza en salsa de pimientos con arroz.	Pollo.
14			30	Fruta.	Fruta.
Martes	Garbanzos estofados/Puré de legumbres. Albóndigas de merluza con patata panadera. Fruta.	Verdura. Pescado. Fruta.			
15					
Miércoles	Crema de calabacín. Ragout de pollo con menestra. Fruta.	Sopa. Tortilla. Lácteo.			
16					
Jueves	Ensalada de pasta. Merluza al horno en salsa menier con guisantes. Fruta en su jugo.	Verdura. Hamburguesa. Lácteo.			
17					

***MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIA/INTOLERANCIA**

***INTOLERANCIA AL GLUTEN:** Pasta especial sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.
***ALERGIA AL PESCADO Y/O MARISCO:** Sustitución por pollo, cerdo o ternera. 1ºs platos libres de pescado y/o marisco.
***ALERGIA A PROTEÍNA LECHE DE VACA:** Alimentos o productos libres de PLV.
***ALERGIA A HUEVO:** Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo.
***ALERGIA A FRUTOS SECOS:** Elaboración de los alimentos sin ningún fruto seco.
***ALERGIA A SOJA:** Elaboración de los alimentos sin soja.