

MENÚ NOVIEMBRE 2021 PRIMARIA, SECUNDARIA Y BACHILLERATO							
COMIDA		CENA		COMIDA		CENA	
Lunes	DÍA FESTIVO		Miércoles	Patatas estofadas con pollo adobado.	Verdura.		
1			17	Tortilla francesa con ensalada.	Hamburguesa.		
Martes	Arroz tres delicias.	Pasta.	Jueves	Crema de brócoli.	Ensalada.		
2	San Marino con ensalada.	Pescado.	18	Albóndigas en salsa con zanahoria baby.	Pescado.		
	Fruta.	Yogur.		Fruta en su jugo (sin azúcar añadido).	Yogur.		
Miércoles	Crema de coliflor y zanahoria.	Verdura.	Viernes	Sopa de ave.	Verdura.		
3	Pollo asado con ensalada.	Tortilla.	19	Atún con pisto.	Tortilla.		
	Fruta.	Flan.		Yogur.	Fruta.		
Jueves	Pasta con chorizo.	Ensalada de tomate y maíz.	Lunes	Arroz con alcachofas.	Verdura.		
4	Atún con pisto.	Pollo.	22	Chuleta de Sajonia al horno con puré de patata.	Pescado.		
	Yogur.	Yogur.		Fruta.	Fruta.		
Viernes	Lentejas estofadas con verduras y bacon.	Sándwich vegetal.	Martes	Garbanzos estofados con verduras.	Ensalada.		
5	Tortilla de calabacín con ensalada.	Pavo.	23	Salmón al horno con ensalada.	Pizza.		
	Fruta.	Fruta.		Fruta.	Fruta.		
Lunes	Judías verdes con jamón.	Puré.	Miércoles	Guisantes con jamón.	Sopa.		
8	Albóndigas a la jardinera.	Pollo.	24	Salchichas de pollo al horno con ensalada.	Tortilla.		
	Fruta.	Yogur.		Fruta en su jugo (sin azúcar añadido).	Yogur.		
Martes	Crema de calabacín y puerro.	Ensalada mixta.	Jueves	Ensalada de pasta con calabacín y atún.	Verdura.		
9	Salchichas de pollo al horno con ensalada.	Pescado.	25	Bacalao a al riojana.	Pollo.		
	Fruta.	Fruta.		Yogur.	Fruta.		
Miércoles	Fideua.	Verdura.	Viernes	Sopa de cocido.	Verdura.		
10	Merluza en salsa marinera.	Pavo.	26	Cocido completo.	Empanada.		
	Fruta en su jugo (sin azúcar añadido).	Natillas.		Fruta.	Fruta.		
Jueves	Guisantes con huevo cocido.	Verdura.	Lunes	Judías verdes con tomate.	Ensalada.		
11	Ragout de ternera en salsa con zanahoria baby.	Empanada.	29	San Jacobo con ensalada.	Pescado.		
	Yogur.	Yogur.		Fruta.	Fruta.		
Viernes	Potaje.	Ensalada mixta.	Martes	Crema de verduras.	Sopa.		
12	Empanadillas de atún con ensalada.	Huevos rellenos.	30	Magro adobado en salsa con ensalada.	Tortilla.		
	Fruta.	Fruta.		Fruta.	Fruta.		
Lunes	Pasta salteada con calabacín.	Verdura.					
15	Merluza a la romana con ensalada.	Pollo.					
	Fruta.	Fruta.					
Martes	Lentejas estofadas con verduras.	Sopa.					
16	Magro adobado en salsa con ensalada.	Pescado.					
	Fruta.	Yogur.					

*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.