

COMEDOR ESCOLAR 3 de octubre a 7 de octubre

	MENÚ	SUGERENCIA CENA
LUNES 3	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato MACARRONES BOLOÑESA - 2^o plato LOMO ADOBADO Y ENSALADA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS Y MAIZ) - Postre - Pan blanco y agua - Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none"> - PESCADO AL HORNO - ENSALADA - PAN Y FRUTA
MARTES 4	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato POTAJE DE GARBANZOS CON <u>ESPINACAS</u> - 2^o plato ROSADA AL HORNO Y ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA, HUEVO Y ATÚN) - Postre - Pan blanco y agua - Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none"> - SALCHICHAS DE POLLO - ENSALADA DE TOMATE Y QUESO - PAN Y FRUTA
MIÉRCOLES 5	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato CREMA DE <u>ZANAHORIA</u> - 2^o plato TORTILLA DE PATATAS Y ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA, TOMATE Y ATÚN) - Postre - Pan integral y agua - Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none"> - CROQUETAS CASERAS - SALTEADOS DE VERDURAS - YOGUR
JUEVES 6	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato POLLO CO ARROZ Y <u>VERDURAS</u> - 2^o plato CROQUETAS DE COCIDO Y ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA, ZANAHORIA Y HUEVO) - Postre - Pan blanco y agua - Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none"> - HAMBURGUESA - ENSALADA - PAN Y FRUTA
VIERNES 7	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} SOPA DE ESTRELLITAS - 2^o plato PEZ ESPADA Y <u>MENESTRA DE VERDURAS</u> - Postre YOGUR - Pan blanco y agua - Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none"> - HUEVOS RELLENOS - ENSALADA - PAN Y FRUTA

COMEDOR ESCOLAR

del 10 a 14 de octubre

	MENÚ	SUGERENCIA CENA
LUNES 10	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato SOPA DE FIDEOS CON HUEVO PICADO - 2^o plato SALCHICHAS AL VINO Y ENSALADA (LECHUGA, TOMATE, ATÚN Y ACEITUNAS) - Postre - Pan blanco y agua - Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none"> • CREMA DE VERDURAS • PESCADO • PAN Y FRUTA
MARTES 11	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato PATATAS CON CHOCOS - 2^o plato CROQUETAS Y ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA, HUEVO Y ZANAHORIA) - Postre - Pan blanco y agua - Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none"> • CROQUETAS CASERAS • VERDURAS SALTEADAS • PAN Y FRUTA
MIÉRCOLES 12	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato POTAJE DE LENTEJAS - 2^o plato ROSADA EN SALSA Y ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA, TOMATE Y ATÚN) - Postre - Pan integral y agua - Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none"> - HUEVOS RELLENOS - ENSALADA - PAN Y FRUTA
JUEVES 13	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato CREMA DE <u>CALABACIN</u> - 2^o plato ALBÓNDIGAS A LA <u>JARDINERA</u> CON ENSALADA (LECHUGA, ATÚN, TOMATE Y HUEVO) - Postre - Pan blanco y agua - Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none"> • NUGGETS DE POLLO • ARROZ BLANCO • PAN Y FRUTA
VIERNES 14	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato PAELLA MIXTA - 2^o plato POLLO ASADO CON <u>VERDURAS</u> SALTEADAS - Postre YOGUR - Pan blanco y agua - Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none"> - PIZZA CASERA - FRUTA

COMEDOR ESCOLAR

del 17 al 21 de octubre

	MENÚ	SUGERENCIA CENA
LUNES 17	<ul style="list-style-type: none">- 1^{er} plato MACARRONES CON <u>VERDURAS</u>- 2^o plato LOMO DE SAJONIA Y ENSALADA (LECHUGA, TOMATES, ACEITUNAS Y ZANAHORIA)- Postre- Pan blanco y agua- Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none">- REVUELTO DE PATATAS CON JUDIAS, HUEVO Y JAMON- PAN Y FRUTA
MARTES 18	<ul style="list-style-type: none">- 1^{er} plato POTAJE DE ALUBIAS- 2^o plato PEZ ESPADA Y ENSALADA (LECHUGA MAIZ, TOMATE Y HUEVO)- Postre- Pan blanco y agua- Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none">- ARROZ A LA CUBANA CON SALCHICHAS- PAN Y FRUTA
MIÉRCOLES 19	<ul style="list-style-type: none">- 1^{er} plato SOPA DE FIDEOS CON HUEVO PICADO- 2^o plato CALDERETA DE CERDO CON <u>VERDURAS SALTEADAS</u>- Postre- Pan integral y agua- Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none">- CREMA DE VERDURAS- PESCADO- PAN Y FRUTA
JUEVES 20	<ul style="list-style-type: none">- 1^{er} plato POLLO CON ARROZ- 2^o plato CROQUETAS CASERAS Y ENSALADA (LECHUGA, TOMATE ATÚN Y ACEITUNAS)- Postre- Pan blanco y agua- Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none">- FILETES DE POLLO- VERDURAS SALTEADAS- YOGUR
VIERNES 21	<ul style="list-style-type: none">- 1^{er} plato CREMA DE PATATAS- 2^o plato ATÚN ENCEBOLLADO Y <u>MENESTRA DE VERDURAS</u>- Postre YOGUR- Pan blanco y agua- Alérgenos 	<ul style="list-style-type: none">- NUGGETS DE POLLO- ARROZ BLANCO- PAN Y FRUTA

COMEDOR ESCOLAR

del 24 al 28 de octubre

	MENÚ	SUGERENCIA CENA
LUNES 24	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato ESPAGUETIS CON BOLOÑESA - 2^o plato TORTILLA DE PATATAS Y ENSALADA (LECHUGA, TOMATES, ACEITUNAS Y ZANAHORIA) - Postre - Pan blanco y agua - Alérgenos  <p>CONTIENE GLUTEN</p>	<ul style="list-style-type: none"> • TORTILLA DE PATATAS • ENSALADA • PAN Y FRUTA
MARTES 25	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato POTAJE DE GARBANZOS Y <u>ACELGAS</u> - 2^o plato ,MERLUZA EN SALSA Y ENSALADA (LECHUGA, ATÚN, HUEVO Y ZANAHORIA) - Postre - Pan blanco y agua - Alérgenos   <p>HUEVOS PESCADO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • TERNERA • ENSALADA DE TOMATE Y QUESO • PAN Y FRUTA
MIÉRCOLES 26	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato ESTOFADO DE CERDO - 2^o plato EMPANADILLA DE BONITO Y ENSALADA (LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA Y BROTES SOJA) - Postre - Pan integral y agua - Alérgenos   <p>CONTIENE GLUTEN PESCADO</p>	<ul style="list-style-type: none"> - PESCADO - SALTEADO DE VERDURAS - YOGUR
JUEVES 27	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato CREMA DE <u>CALABAZA</u> - 2^o plato POLLO AL HORNO CON PATATA ASADA Y <u>MENESTRA</u> DE VERDURAS - Postre - Pan blanco y agua - Alérgenos S/A 	<ul style="list-style-type: none"> • HUEVOS RELLENOS • ENSALADA • PAN Y FRUTA
VIERNES 28	<ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} plato CAZUELA DE MARISCOS - 2^o plato TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA (LECHUGA, ATÚN, MAIZ Y HUEVO) - Postre YOGUR - Pan blanco y agua - Alérgenos      <p>HUEVOS PESCADO CRUSTÁCEOS LÁCTEOS CONTIENE GLUTEN</p>	<ul style="list-style-type: none"> - HAMBURGUESAS - ENSALADA - PAN Y FRUTA

- MENÚS SIN GLUTEN
- Pan sin gluten
- Pasta sin gluten
- Fritos y rebozados sin gluten

- MENÚS SIN HUEVO
- Se suprime el huevo de las ensaladas y de las sopas
- Tortilla se sustituye por Nuggets de pollo

- MENÚS SIN PESCADO Y MARISCO
- Se sustituye el pescado y marisco por cerdo o pollo

- MENÚS SIN LECHE
- Se suprime la leche y el queso de las cremas
- Se sustituye yogur por fruta

- MENÚS SIN CERDO
- Se suprime del cocido el cerdo
- Se sustituye el cerdo por pollo o pescado

Estas normas son en líneas generales, las medidas que tenemos para atender a todas y cada una de las necesidades del alumnado.

Los alumnos/as que tienen algún problema de alimentación debe presentar un informe médico, que nosotros derivamos al equipo médico del EOE, que nos facilita asesoramiento.