

# COMEDOR ESCOLAR 9 del 01 al 03 de febrero

	MENÚ	SUGERENCIA CENA
LUNES	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato POLLO CON ARROZ Y <u>VERDURAS</u></li> <li>- 2<sup>o</sup> plato EMPANADILLAS DE BONITO Y ENSALADA (LECHUGA, TOMATE, ACEITUNAS Y MAIZ)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CREMA DE VERDURAS</li> <li>• PESCADO</li> <li>• PAN Y FRUTA</li> </ul>
MARTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato POTAJE DE ALUBIAS</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato ROSADA EN SALSA CON <u>VERDURAS</u> Y ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA, HUEVO Y ATÚN)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CROQUETAS CASERAS</li> <li>• VERDURAS SALTEADAS</li> <li>• PAN Y FRUTA</li> </ul>
MIÉRCOLES 01	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato SOPA DE FIDEOS CON HUEVO PICADO</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato TORTILLA DE PATATAS Y ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA, TOMATE)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan integral y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 20px; margin-top: 10px;">   </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HUEVOS RELLENOS</li> <li>- ENSALADA</li> <li>- PAN Y FRUTA</li> </ul>
JUEVES 02	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato ESTOFADO DE CERDO</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato CROQUETAS DE COCIDO Y ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA, ZANAHORIA Y HUEVO)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 20px; margin-top: 10px;">    </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• NUGGETS DE POLLO</li> <li>• ARROZ BLANCO</li> <li>• PAN Y FRUTA</li> </ul>
VIERNES 03	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato CREMA DE <u>PUERROS</u></li> <li>- 2<sup>o</sup> plato PEZ ESPADA Y <u>MENESTRA DE VERDURAS</u></li> <li>- Postre YOGUR</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 20px; margin-top: 10px;">   </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- PIZZA CASERA</li> <li>- FRUTA</li> </ul>

# COMEDOR ESCOLAR 1 del 06 al 10 de febrero

	MENÚ	SUGERENCIA CENA
LUNES 06	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato MACARRONES CON ATÚN</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato LOMO ADOBADO Y ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul>   <p>CONTIENE GLUTEN      PESCADO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CREMA DE VERDURAS</li> <li>• PESCADO</li> <li>• PAN Y FRUTA</li> </ul>
MARTES 07	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato POLLO CON ARROZ Y <u>VERDURAS</u></li> <li>- 2<sup>o</sup> plato TORTILLA DE PATATAS Y ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA, Y ZANAHORIA)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul>  <p>HUEVOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CROQUETAS CASERAS</li> <li>• VERDURAS SALTEADAS</li> <li>• PAN Y FRUTA</li> </ul>
MIERCOLES 08	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato CREMA DE <u>CALABACÍN</u></li> <li>- 2<sup>o</sup> plato ROSADA EN SALSA Y ENSALADA (LECHUGA, ZANAHORIA, TOMATE, HUEVO Y ATÚN)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan integral y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul>   <p>HUEVOS      PESCADO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HUEVOS RELLENOS</li> <li>- ENSALADA</li> <li>- PAN Y FRUTA</li> </ul>
JUEVES 09	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato CAZUELA DE MARISCOS</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato CALDERETA DE CERDO CON <u>VERDURAS SALTEADAS</u></li> <li>- Postre</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul>   <p>CONTIENE GLUTEN      CRUSTÁCEOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• NUGGETS DE POLLO</li> <li>• ARROZ BLANCO</li> <li>• PAN Y FRUTA</li> </ul>
VIERNES 10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato POTAJE DE GARBANZOS y <u>ESPINACAS</u></li> <li>- 2<sup>o</sup> plato EMPANADILLAS DE BONITO CON ENSALADA (LECHUGA, ATÚN, TOMATE Y HUEVO)</li> <li>- Postre YOGUR</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul>     <p>CONTIENE GLUTEN      LÁCTEOS      HUEVOS      PESCADO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- PIZZA CASERA</li> <li>- FRUTA</li> </ul>

# COMEDOR ESCOLAR 2

# del 13 al 17 de febrero

	MENÚ	SUGERENCIA CENA
LUNES 13	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato MACARRONES CON <u>VERDURAS</u></li> <li>- 2<sup>o</sup> plato LOMO DE SAJONIA Y ENSALADA (LECHUGA, TOMATES, ACEITUNAS Y ZANAHORIA)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul>  <p>CONTIENE GLUTEN</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- REVUELTO DE PATATAS CON JUDIAS, HUEVO Y JAMON</li> <li>- PAN Y FRUTA</li> </ul>
MARTES 14	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato POTAJE DE ALUBIAS</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato ROSADA FRITA Y ENSALADA (LECHUGA MAIZ, TOMATE Y HUEVO)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul>   <p>HUEVOS PESCADO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ARROZ A LA CUBANA CON SALCHICHAS</li> <li>- PAN Y FRUTA</li> </ul>
MIÉRCOLES 15	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato PATATAS CON CHOCOS</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato CROQUETAS CASERA Y ENSALADA (LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, HUEVO)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul>    <p>CONTIENE GLUTEN HUEVOS MOLLUSCOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- FILETES DE POLLO</li> <li>- VERDURAS SALTEADAS</li> <li>- YOGUR</li> </ul>
JUEVES 16	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato SOPA DE ESTRELLITAS</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato TORTILLA DE PATATAS Y ENSALADA (LECHUGA, ATÚN Y ZANAHORIA)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan integral y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul>    <p>CONTIENE GLUTEN HUEVOS PESCADO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CREMA DE VERDURAS</li> <li>- PESCADO</li> <li>- PAN Y FRUTA</li> </ul>
VIERNES 17	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato CREMA DE PATATAS</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato SALMÓN Y <u>MENESTRA DE VERDURAS</u></li> <li>- Postre YOGUR</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul>   <p>PESCADO LÁCTEOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- NUGGETS DE POLLO</li> <li>- ARROZ BLANCO</li> <li>- PAN Y FRUTA</li> </ul>

# COMEDOR ESCOLAR 3 del 20 al 24 de febrero

	MENÚ	SUGERENCIA CENA
LUNES 20	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato ESPAGUETIS CON ATÚN</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato SALCHICHAS AL VINO Y ENSALADA (LECHUGA, TOMATES, ACEITUNAS Y ZANAHORIA)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• TORTILLA DE PATATAS</li> <li>• ENSALADA</li> <li>• PAN Y FRUTA</li> </ul>
MARTES 21	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato POTAJE DE LENTEJAS</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato ROSADA EN SALSA <u>CON VERDURAS Y ENSALADA</u> (LECHUGA, ATÚN, HUEVO Y ZANAHORIA)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• TERNERA</li> <li>• ENSALADA DE TOMATE Y QUESO</li> <li>• PAN Y FRUTA</li> </ul>
MIÉRCOLES 22	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato ESTOFADO DE CERDO</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato EMPANADILLA DE BONITO Y ENSALADA (LECHUGA, TOMATE, CEBOLLA Y HUEVO)</li> <li>- Postre</li> <li>- Pan integral y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- PESCADO</li> <li>- SALTEADO DE VERDURAS</li> <li>- YOGUR</li> </ul>
JUEVES 23	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato CREMA DE <u>CALABAZA</u></li> <li>- 2<sup>o</sup> plato POLLO CON TOMATE Y <u>JUDÍAS VERDES</u></li> <li>- Postre</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos S/A</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• HUEVOS RELLENOS</li> <li>• ENSALADA</li> <li>• PAN Y FRUTA</li> </ul>
VIERNES 24	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1<sup>er</sup> plato CAZUELA DE MARISCOS</li> <li>- 2<sup>o</sup> plato TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA (LECHUGA, ATÚN, MAIZ Y TOMATE)</li> <li>- Postre YOGUR</li> <li>- Pan blanco y agua</li> <li>- Alérgenos</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- HAMBURGUESAS</li> <li>- ENSALADA</li> <li>- PAN Y FRUTA</li> </ul>

## **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.