

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 Lentejas con verdura Salchichas con patatas 12 Fruta <i>A/M</i> : Fruta Sugerencia de cena: Pescado	2 Puré de verdura 12 Hamburguesa salsa zanahoria 1-3-7 Yogurt 7 <i>A/M</i> : Sobao 1-3-7 Sugerencia de cena: Huevos	3 Alubias blancas con verdura Morcilla con patatas Fruta <i>A/M</i> : Fruta Sugerencia de cena: Carne	4 Patatas con costilla Pescado al horno o rebozado 1-3-4 Fruta <i>A/M</i> : Bocado de Pavo 1 Sugerencia de cena: Huevos
7 Lentejas con verdura Rabas 1-3-4-7 Fruta <i>A/M</i> : Bocado de salchichón 1 Sugerencia de cena: Carne	8 Judías con patatas 12 Pollo en salsa Yogurt 7 <i>A/M</i> : Fruta Sugerencia de cena: Pescado	9 Alubias rojas con verdura Tortilla de patata 3-12 Fruta <i>A/M</i> : Chocolatina con galletas 1-7 Sugerencia de cena: Carne	10 Arroz con tomate Pescado al horno o rebozado 1-3-4 Fruta <i>A/M</i> : Fruta Sugerencia de cena: Huevos	11 Garbanzos con verdura Empanadillas 1-2-3-4-13 Fruta <i>A/M</i> : Bocado de chorizo 1 Sugerencia de cena: Pescado
14 Spaguetti carbonara 1-3-7 Filete con patatas Fruta <i>A/M</i> : Bocado de queso 1-7 Sugerencia de cena: Huevos	15 Alubias blancas con verdura San Jacobo 1-7 Fruta <i>A/M</i> : Fruta Sugerencia de cena: Pescado	16 Arroz con tomate Lomo con patatas 1 Yogurt 7 <i>A/M</i> : Magdalena 1 Sugerencia de cena: Pescado	17 FESTIVO	18 FESTIVO
21 NO LECTIVO	22 NO LECTIVO	23 NO LECTIVO	24 NO LECTIVO	25 NO LECTIVO
28 Ensalada de pasta 1-3-4 Alitas Fruta <i>A/M</i> : Bocado de jamón York 1 Sugerencia de cena: Huevos	29 Garbanzos con verdura Pechuga de pollo con patatas 1 Fruta <i>A/M</i> : Fruta Sugerencia de cena: Pescado	30 Judías con patatas 12 Hamburguesa salsa zanahoria 1-3-7 Yogurt 7 <i>A/M</i> : Pastas 1 Sugerencia de cena: Huevos		

- Martes y jueves se sirve pan integral.
- Se ofrece variedad de frutas de temporada y cercanía (mandarina, plátano, manzana, naranja, melón, sandía, uvas, kiwi, ciruelas etc.)
- No se especifica el tipo de pescado por depender de la situación del mercado y temporada. Sólo se sirve bocarte, sardina, merluza, sarda y bonito.
- Para cocinar y aliñar los platos se utiliza sal yodada y aceite de oliva virgen extra.
- Todos los días se ofrece fruta como alternativa en el aperitivo/merienda
- Se sustituirán aquellos platos que contengan alérgenos a los alumnos que alguna alergia/intolerancia. Dicha información está disponible para aquellas familias que lo soliciten.

Alérgenos que pueden contener los alimentos:



SANDRA CORRAL GONZÁLEZ
DIETISTA - NUTRICIONISTA

