

MAYORES:



	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
Lunes	COMIDA: Macarrones con queso.   Tortilla francesa con ensalada.  Fruta de temporada.	COMIDA: Puré de verduras. Tortilla de patatas.  Fruta de temporada	COMIDA: Lentejas con chorizo. Cinta de lomo a la plancha con zanahoria rallada. Fruta de temporada	COMIDA: Arroz a la cubana (arroz, huevos revueltos, salchichas y tomate frito.)  Fruta de temporada.	COMIDA: Espirales carbonara.    Capricho de Calamar con ensalada.     Fruta de temporada.
Martes	COMIDA: Lentejas estofadas. Salchichas frescas con ensalada. Yogurt. 	COMIDA: Alubias blancas con chorizo. Empanadillas de atún al horno con tomate natural.     Yogurt. 	COMIDA: Judías verdes con patatas rehogadas. Merluza en salsa verde.  Yogurt. 	COMIDA: Judías pintas con verduras. Croquetas de cocido caseras.    Yogurt. 	COMIDA: Crema de champiñón. Albóndigas de ternera con cous-cous.   Yogurt. 
Miércoles	COMIDA: Crema de calabacín. Filete de merluza asada con verduras.  Fruta de temporada.	COMIDA: Ensalada de tomate y maíz. Paella mixta (pollo, gambas y calamar).   Fruta de temporada.	COMIDA: Sopa de cocido.  Cocido completo. Fruta de temporada.	COMIDA: Guiso de patatas con verduras variadas.  Merluza en salsa.  Fruta de temporada.	COMIDA: Garbanzos estofados. Boquerones rebozados.  Fruta de temporada.
Jueves	COMIDA: Puchero andaluz (garbanzos, sopa de arroz, ternera, pollo, jamón, verduras, etc.) Yogurt. 	COMIDA: Guisantes con jamón Hamburguesa de pollo a la plancha con ensalada. Yogur 	COMIDA: Arroz tres delicias. Tortilla de atún con ensalada.  Yogurt. 	COMIDA: Consomé de ave. Espaguetis a la boloñesa.  Gelatina de sabores sin azúcar	COMIDA: Arroz con brócoli. Pechuga de pavo asada con verduritas. Yogur. 
Viernes	COMIDA: Coliflor gratinada.  Magro con tomate y patatas paja Fruta de temporada.	COMIDA: Lacitos con tomate.   Salmón a la naranja.   Fruta de temporada.	COMIDA: Crema de calabaza. Pollo asado con cebolla y pimiento. Fruta de temporada.	COMIDA: Crema de guisantes. Redondo de ternera en su jugo con puré de patata.  Fruta de temporada.	COMIDA: Lentejas a la jardinera. Huevos revueltos con calabacín.  Fruta de temporada.

Alergenos:



- Para los alérgicos a la leche esta se sustituirá por bebida o yogur de soja o será eliminada de la receta.
- Para los celíacos las pastas de trigo serán sustituidas por pastas de arroz o maíz, los empanados y rebozados se harán a la plancha. Las galletas, panes, cereales y repostería casera serán sin gluten.
- Para los alérgicos al huevo, pescado, moluscos y crustáceos estos serán eliminados de la receta y/o sustituidos por otros alimentos que serán notificados en la agenda escolar.

DESAYUNOS Y MERIENDAS MAYORES:

	Desayunos	Meriendas
Lunes	Yogur natural y fruta de temporada.  	Bocadillo de jamón york y leche.  
Martes	Pan tostado integral con jamón york y leche.  	Papilla de frutas o fruta troceada y leche.  
Miércoles	Pan tostado con tomate natural y leche.  	Repostería casera saludable y leche.   
Jueves	Leche con repostería casera saludable.   	Papilla de frutas o fruta troceada y leche.  
Viernes	Yogurt natural y fruta de temporada.  	Bocadillo de pavo y leche.  

MENUS COMIDA Y MERIENDA PEQUEÑOS:

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>COMIDA: Puré de verduras con pescado. (Patata, zanahoria, puerro, calabacín, judías verde y calabaza.) </p> <p>Yogurt. </p>	<p>COMIDA: Puré de verduras con pollo. (Patata, zanahoria, puerro, calabacín, judías verdes y calabaza.)</p> <p>Yogurt. </p>	<p>COMIDA: Puré de verduras con legumbre. (Patata, zanahoria, puerro, calabacín, judías verdes y calabaza.)</p> <p>Yogurt. </p>	<p>COMIDA: Puré de verduras con ternera. (Patata, zanahoria, puerro, calabacín, judías verdes y calabaza.)</p> <p>Yogurt. </p>	<p>COMIDA: Puré de verduras con pavo. (Patata, zanahoria, puerro, calabacín, judías verdes y calabaza.)</p> <p>Yogurt. </p>
<p>MERIENDA: Papilla de frutas (Naranja, manzana, pera, plátano y galleta.) </p>	<p>MERIENDA: Papilla de frutas (Naranja, manzana, pera, plátano y galleta.) </p>	<p>MERIENDA: Papilla de frutas (Naranja, manzana, pera, plátano y galleta.) </p>	<p>MERIENDA: Papilla de frutas (Naranja, manzana, pera, plátano y galleta.) </p>	<p>MERIENDA: Papilla de frutas (Naranja, manzana, pera, plátano y galleta.) </p>