MENU OCTUBRE 2023

Sin Frutos Secos - . - CEIP Juan Vázquez

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Zanahoria Albóndigas de Pollo a la Jardinera Arroz Pilaf Pan Integral Fruta de Temporada	**3** Garbanzos Guisados Bacalao al Horno al Limón Guisantes Salteados Pan Fruta de Temporada	**4** Macarrones con Tomate Lomo de Sajonia al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	**5** Potaje de Lentejas Tortilla de Espinacas Ensalada de Zanahoria y Maíz Pan Fruta de Temporada	**6** Arroz 5 Delicias Merluza al Horno en Salsa de Eneldo Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur
9 Pasta Gratinada Cinta de Lomo de Cerdo Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	**10** Alubias Blancas Estofadas Bacalao Rebozado Judías Verdes al Ajillo Pan Fruta de Temporada	**11** Crema de Calabaza Tortilla de Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	**12** FESTIVO	**13** FESTIVO
16 Crema de Zanahoria Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	**17** Pasta en Salsa Provenzal Salmón al Vapor Ensalada Verde Pan Fruta de Temporada	**18** Lentejas con Verduras Magro de Cerdo Zanahorias Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	**19** Arroz con Pollo Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	**20** Alubias Estofadas con Calabacín Merluza al Horno con Hierbas Aromáticas Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur
23 Crema de Calabaza Pollo Asado Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	**24** Garbanzos Guisados Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Fruta de Temporada	**25** Macarrones con Tomate Merluza al Horno al Limón Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	**26** Potaje de Lentejas Lomo Adobado al Horno Champiñones Salteados Pan Fruta de Temporada	**27** Arroz 5 Delicias Filetes de Caballa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur
30 Pasta Gratinada Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	**31** Alubias Blancas Estofadas Alitas de Pollo Adobadas al Horno Ensalada Verde Pan Fruta de Temporada			

mediterráneo

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIETO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA I

MENU OCTUBRE 2023

Sin Proteína de la Leche de Vaca - . - CEIP Juan Vázquez

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Zanahoria Filete de Pollo a la Plancha Arroz Pilaf Pan Integral Fruta de Temporada	3 Garbanzos Guisados Bacalao al Horno al Limón Guisantes Salteados Pan Fruta de Temporada	4 Macarrones con Tomate Lomo de Sajonia al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	5 Potaje de Lentejas Tortilla de Espinacas Ensalada de Zanahoria y Maíz Pan Fruta de Temporada	6 Arroz 5 Delicias Merluza al Horno en Salsa de Eneldo Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Pasta con Tomate Cinta de Lomo de Cerdo Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	10 Alubias Blancas Estofadas Bacalao al Horno Judías Verdes al Ajillo Pan Fruta de Temporada	11 Crema de Calabaza Tortilla de Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 FESTIVO	13 FESTIVO
16 Crema de Zanahoria Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	17 Pasta en Salsa Provenzal Salmón al Vapor Ensalada Verde Pan Fruta de Temporada	18 Lentejas con Verduras Magro de Cerdo Zanahorias Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	19 Arroz con Pollo Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	20 Alubias Estofadas con Calabacín Merluza al Horno con Hierbas Aromáticas Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Crema de Calabaza Pollo Asado Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	24 Garbanzos Guisados Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Fruta de Temporada	25 Macarrones con Tomate Merluza al Horno al Limón Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	26 Potaje de Lentejas Cinta de Lomo de Cerdo Asada Champiñones Salteados Pan Fruta de Temporada	27 Arroz 5 Delicias Filetes de Caballa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
30 Pasta con Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	31 Alubias Blancas Estofadas Jamoncitos de Pollo al Horno Ensalada Verde Pan Fruta de Temporada			

mediterráneo

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIETO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA

MENU OCTUBRE 2023

Sin Lactosa - . - CEIP Juan Vázquez

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Zanahoria Filete de Pollo a la Plancha Arroz Pilaf Pan Integral Fruta de Temporada	3 Garbanzos Guisados Bacalao al Horno al Limón Guisantes Salteados Pan Fruta de Temporada	4 Macarrones con Tomate Lomo de Sajonia al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	5 Potaje de Lentejas Tortilla de Espinacas Ensalada de Zanahoria y Maíz Pan Fruta de Temporada	6 Arroz 5 Delicias Merluza al Horno en Salsa de Eneldo Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
9 Pasta con Tomate Cinta de Lomo de Cerdo Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	10 Alubias Blancas Estofadas Bacalao al Horno Judías Verdes al Ajillo Pan Fruta de Temporada	11 Crema de Calabaza Tortilla de Calabacín Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	12 FESTIVO	13 FESTIVO
16 Crema de Zanahoria Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	17 Pasta en Salsa Provenzal Salmón al Vapor Ensalada Verde Pan Fruta de Temporada	18 Lentejas con Verduras Magro de Cerdo Zanahorias Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	19 Arroz con Pollo Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	20 Alubias Estofadas con Calabacín Merluza al Horno con Hierbas Aromáticas Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
23 Crema de Calabaza Pollo Asado Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	24 Garbanzos Guisados Tortilla Francesa Guisantes Salteados Pan Fruta de Temporada	25 Macarrones con Tomate Merluza al Horno al Limón Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	26 Potaje de Lentejas Cinta de Lomo de Cerdo Asada Champiñones Salteados Pan Fruta de Temporada	27 Arroz 5 Delicias Filetes de Caballa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja
30 Pasta con Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	31 Alubias Blancas Estofadas Jamoncitos de Pollo al Horno Ensalada Verde Pan Fruta de Temporada			

mediterráneo

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIETO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA

MENU OCTUBRE 2023

Sin Huevo - . - CEIP Juan Vázquez

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Crema de Zanahoria Filete de Pollo a la Plancha Arroz Pilaf Pan Integral Fruta de Temporada	**3** Garbanzos Guisados Bacalao al Horno al Limón Guisantes Salteados Pan Fruta de Temporada	**4** Pasta con Tomate Dieta Lomo de Sajonia al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	**5** Potaje de Lentejas Cinta de Lomo de Cerdo Asada Ensalada de Zanahoria y Maíz Pan Fruta de Temporada	**6** Arroz con Verduras Merluza al Horno en Salsa de Eneldo Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada Yogur
9 Pasta Gratinada Dieta Cinta de Lomo de Cerdo Asada Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	**10** Alubias Blancas Estofadas Bacalao Rebozado Judías Verdes al Ajillo Pan Fruta de Temporada	**11** Crema de Calabaza Pollo al Limón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada	**12** FESTIVO	**13** FESTIVO
16 Crema de Zanahoria Filete de Pollo a la Plancha Guisantes Salteados Pan Integral Fruta de Temporada	**17** Pasta a la Provenzal Dieta Salmón al Vapor Ensalada Verde Pan Fruta de Temporada	**18** Lentejas con Verduras Magro de Cerdo Zanahorias Salteadas Pan Integral Fruta de Temporada	**19** Arroz con Pollo Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	**20** Alubias Estofadas con Calabacín Merluza al Horno con Hierbas Aromáticas Menestra Salteada Pan Integral Fruta de Temporada Yogur
23 Crema de Calabaza Pollo Asado Judías Verdes Rehogadas Pan Integral Fruta de Temporada	**24** Garbanzos Guisados Lomo de Sajonia al Horno Guisantes Salteados Pan Fruta de Temporada	**25** Pasta con Tomate Dieta Merluza al Horno al Limón Ensalada Verde Pan Integral Fruta de Temporada	**26** Potaje de Lentejas Cinta de Lomo de Cerdo Asada Champiñones Salteados Pan Fruta de Temporada	**27** Arroz con Tomate Filetes de Caballa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur
30 Pasta Gratinada Dieta Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada	**31** Alubias Blancas Estofadas Alitas de Pollo Adobadas al Horno Ensalada Verde Pan Fruta de Temporada			

mediterráneo

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIETO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA E