

EDUCACIÓN PRIMARIA

PRIMER TRIMESTRE	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Zumo de naranja natural Pan "payés" con jamón serrano	Leche con cacao en polvo y galletas "María"	Yogurt líquido Plátano	Zumo de naranja natural Galletas "Quely" con chocolate	Zumo de naranja natural Viena con tomate y jamón york
COMIDA	Sopa de fideos Muslo de pollo al horno con verduras Yogurt	Arroz con tomate Gallo al horno con guisantes, cebolla y calabacín Fruta	Tomate en rodajas con queso fresco Lentejas con verduras, patata y pollo Fruta	Ensalada con aguacate Sopa de arroz con trocitos de pescado, sepia y gambas Fruta	Ensalada mixta Macarrones boloñesa con salsa de tomate natural Fruta
DESAYUNO	Zumo de naranja natural Pan integral con tomate y queso	Leche con cacao en polvo y galletas integrales	Zumo de naranja natural "Llonguet" con tomate y pavo	Batido de frutas natural Pan "payés" con tomate y aceite de oliva	Zumo de naranja natural Galletas "Quely" con queso
COMIDA	Crema de calabacín Pechuga de pollo rebozada con ensalada mixta Fruta	Ensalada de tomate con maíz Arroz meloso con pescado y verduras Fruta	Ensalada con atún Garbanzos con verduras y pollo Yogurt	Ensalada de pasta con queso fresco y pavo Merluza al horno con verduras asadas Fruta	Sopa de pollo con verduras y arroz Tortilla de patatas con ensalada Fruta

SONIA TORRES ABASCAL
DIETISTA-NUTRICIONISTA
COLEGIADO: IB0029

Firmado:



Nota: Estos menús no están adaptados a alergias alimentarias, intolerancias o enfermedades específicas. Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.

*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.

*Todos los menús se sirven con pan payés moreno.

EDUCACIÓN PRIMARIA

PRIMER TRIMESTRE	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Zumo de naranja natural Viena con tomate y pavo	Yogurt Galletas "Quely" con jamón york	Leche con cacao en polvo y galletas "María"	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y queso	Leche con cacao en polvo y cereales
COMIDA	Ensalada mixta Albóndigas caseras a la jardinera con arroz Fruta	Puré de verduras Salmón a la plancha con patatas asadas Fruta	Ensalada de garbanzos con atún Muslitos de pollo al horno con calabacín Fruta	Sopa de pollo con verduras y fideos Calamares a la romana con ensalada Yogurt	Ensalada mixta Pizza casera con jamón york y queso Fruta
DESAYUNO	Yogurt y fruta	Batido de frutas natural Pan "payés" con tomate y aceite	Leche con cacao en polvo y bizcocho de espelta casero	Zumo de naranja natural Galletas "Quely" con pavo	Zumo de naranja natural "Llonguet" con tomate y queso
COMIDA	Sopa de estrellitas Hamburguesa de pollo y cerdo con queso y ensalada mixta Fruta	Ensalada con taquitos de pavo Lomos de bacalao con salsa de tomate natural y verduras Fruta	Crema de calabaza Estofado de ternera con verduras y arroz Yogurt	Garbanzos con verduras Tortilla de patatas con tomate en rodajas Fruta	Ensalada con queso fresco Fideuà con rape, sepia y gambas Fruta

SONIA TORRES ABASCAL
DIETISTA-NUTRICIONISTA
COLEGIADO: IB0029

Firmado:



Nota: Estos menús no están adaptados a alergias alimentarias, intolerancias o enfermedades específicas. Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.

*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.


*Todos los menús se sirven con pan payés moreno.

EDUCACIÓN PRIMARIA

SEGUNDO TRIMESTRE	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Yogurt líquido Galletas "María"	Leche con cacao en polvo y cereales	Zumo de naranja natural "Longuet" con tomate y jamón york	Zumo de naranja natural Galletas "Quely" con queso	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y pavo
COMIDA	Ensalada de tomate con atún Pollo al horno con verduras y patata Fruta	Arroz con salsa de tomate Merluza con guisantes y champiñones Fruta	Ensalada mixta Lentejas con carne de ternera, verduras y patata Fruta	Crema de verduras Filetes de gallo al horno con salsa de verduras y ensalada Fruta	Sopa de fideos Croquetas de pollo con tomate en rodajas Yogurt
DESAYUNO	Zumo de naranja natural Pan "payés" con jamón serrano	Yogurt líquido Plátano	Leche con cacao en polvo y cereales	Zumo de naranja natural Viena con tomate y queso	Batido de frutas natural Pan "payés" con tomate y aceite
COMIDA	Crema de puerros Redondo de ternera con arroz Yogurt	Ensalada mixta Guisado de pescado con patatas y verduras Fruta	Tomate en rodajas con queso fresco Wok de tofu con verduritas y arroz Fruta	Sopa de pescado con fideos Salmón con salteado de guisantes y zanahoria Fruta	Ensalada mixta Pizza casera con jamón york y queso Fruta

SONIA TORRES ABASCAL
DIETISTA-NUTRICIONISTA
COLEGIADO: IB0029

Firmado:



Nota: Estos menús no están adaptados a alergias alimentarias, intolerancias o enfermedades específicas. Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.

*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.

*Todos los menús se sirven con pan payés moreno.

EDUCACIÓN PRIMARIA

SEGUNDO TRIMESTRE	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Zumo de naranja natural "Llonguet" con tomate y pavo	Zumo de naranja natural Galletas "Quely" con queso	Yogurt con fruta y cereales	Leche con cacao en polvo y galletas integrales	Zumo de naranja natural Pan "payés" con queso crema y pavo
COMIDA	Tortellini de ricotta y espinacas con tomate Pechugas de pollo a la plancha con ensalada Yogurt	Ensalada mixta Lomos de bacalao al horno con salsa de tomate y patatas Fruta	Sopa de pollo con estrellitas Estofado de ternera con judías verdes y zanahoria Fruta en almíbar	Ensalada de tomate y maíz Fideuá de pescado con gambas y sepia Fruta	Ensalada con queso fresco Pollo al curry con arroz Fruta
DESAYUNO	Leche con cacao en polvo y cereales	Batido de frutas natural Pan "payés" con tomate y aceite	Leche con cacao en polvo y bizcocho de espelta casero	Zumo de naranja natural "Llonguet" con tomate y pavo	Yogurt Plátano
COMIDA	Ensalada mixta Lentejas con arroz, verduras y pollo Fruta	Ensalada con jamón york y queso Gallo al horno con patata asada y verduras Yogurt	Crema de calabacín Brochetas de pavo con ensalada de quinoa Fruta	Sopa de pescado con letras Rape a la plancha con ensalada Fruta	Panaché de verduras Lacitos de pasta con salsa boloñesa casera Fruta

SONIA TORRES ABASCAL
DIETISTA-NUTRICIONISTA
COLEGIADO: IB0029

Firmado:



Nota: Estos menús no están adaptados a alergias alimentarias, intolerancias o enfermedades específicas. Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.

*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.

*Todos los menús se sirven con pan payés moreno.

EDUCACIÓN PRIMARIA

TERCER TRIMESTRE	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Fruta Galletas "María"	Zumo de naranja natural Pan "payés" con jamón serrano	Leche con cacao en polvo y cereales	Zumo de naranja natural "Llonguet" con tomate y pavo	Yogurt y fruta
COMIDA	Sopa de fideos Wok de pollo con verduras Fruta	Crema de calabaza Macarrones con gambas Helado de fruta casero	Ensalada de arroz integral con atún Estofado de pollo con verduras Fruta	Potaje de judías Merluza a la plancha con ensalada Yogurt	Ensalada mixta Escalope de ternera con patata asada Fruta
DESAYUNO	Zumo de naranja natural Viena con tomate y queso	Leche con cacao en polvo y galletas integrales	Zumo de naranja natural Pan "payés" con queso crema y pavo	Zumo de naranja natural Galletas "Quely" con quesito	Batido de frutas natural Pan "payés" con tomate y aceite
COMIDA	Ensalada mixta Arroz con tomate y huevo frito Fruta	Sopa de pescado con fideos Lomos de bacalao a la plancha con pisto de verduras Fruta	Ensalada de garbanzos con queso fresco Pollo al horno con patatas asadas Fruta	Crema de verduras Salmón a la plancha con cous-cous Yogurt	Ensalada de tomate Pizza casera con pavo y queso Fruta

SONIA TORRES ABASCAL
DIETISTA-NUTRICIONISTA
COLEGIADO: IB0029

Firmado:



Nota: Estos menús no están adaptados a alergias alimentarias, intolerancias o enfermedades específicas. Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.

*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.

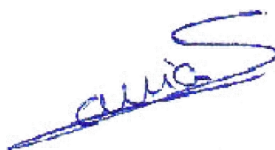
*Todos los menús se sirven con pan payés moreno.

EDUCACIÓN PRIMARIA

TERCER TRIMESTRE	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Leche con cacao en polvo y cereales	Zumo de naranja natural "Llonguet" con tomate y pavo	Leche con cacao en polvo y galletas integrales	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y aceite	Fruta y galletas "Quely" con queso
COMIDA	Crema de calabacín Chuletitas de cordero con miel y arroz Fruta	Parrillada de verduras Merluza a la plancha con ensaladilla rusa casera Fruta	Ensalada mixta Lentejas con verduras, patata y pollo Helado o Yogurt	Ensalada de pasta con jamón york Lenguado rebozado casero con menestra de verduras Fruta	Sopa de pollo con estrellitas Pollo al romero con verduritas Fruta
DESAYUNO	Yogurt y fruta	Zumo de naranja natural Galletas "Quely" con quesitos	Leche con cacao en polvo y cereales	Zumo de naranja natural Viena con tomate y jamón york	Zumo de naranja natural Pan "payés" con tomate y queso
COMIDA	Ensalada mixta Macarrones boloñesa con salsa de tomate natural Fruta	Crema de calabacín Filete de gallo con patatas fritas Fruta	Ensalada mixta "Mongetes" con butifarra Fruta	Sopa de pescado con fideos Salmón a la plancha y ensalada con queso fresco Yogurt	Ensalada de tomate Arroz chino con taquitos de pollo Fruta

SONIA TORRES ABASCAL
DIETISTA-NUTRICIONISTA
COLEGIADO: IB0029

Firmado:



Nota: Estos menús no están adaptados a alergias alimentarias, intolerancias o enfermedades específicas. Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.

*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.

*Todos los menús se sirven con pan payés moreno.