

# MENÚ SEPTIEMBRE 2021

## Menú FRUTOS SECOS - Comedores Escolares - CURSO 2021 / 2022



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
A				<ul style="list-style-type: none"> <li>CREMA DE ESPINACAS</li> <li>JAMONCITOS HORNEADOS CON PAPAS EMPEREJILADAS</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>POTAJE DE JUDÍAS</li> <li>ESPIRALES CON SALSA DE ATÚN, QUESO RALLADO Y HUEVO</li> <li>YOGUR SABORES Y PAN INTEGRAL</li> </ul>
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>PURÉ DE CALABAZA</li> <li>TORTILLA AL HORNO CON ENSALADA CANARIA</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS</li> <li>PECHUGA ENCEBOLLADA CON ARROZ BLANCO</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CREMA DE VERDURAS</li> <li>PASTA CON SALSA DE CALABACINES Y PAVO</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>SOPA DE MINISTRONE</li> <li>RAGOUT DE CERDO CON VERDURAS</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>POTAJE DE 3 LEGUMBRES</li> <li>TACOS DE FOGONERO ENCEBOLLADO CON PAPAS Y MOJO</li> <li>YOGUR SABORES Y PAN INTEGRAL.</li> </ul>
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>SOPA MARINERA</li> <li>ROPA VIEJA CASERA</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>POTAJE DE LENTEJAS</li> <li>MACARRONES CON BOLOÑESA TRADICIONAL, QUESO Y HUEVO</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>PURÉ DE ESPINACAS</li> <li>CHURROS DE MERLUZA CON ENSALADA TROPICAL</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>POTAJE DE 5 VERDURAS</li> <li>JAMONCITOS EN ADOBO NATURAL CON PAPAS CUADRO</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>SOPA DE ESTRELLITAS</li> <li>LOMO ADOBADO AL HORNO CON SALSA DE PIÑA Y ARROZ</li> <li>YOGUR SABORES Y PAN INTEGRAL.</li> </ul>
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>SOPA HORTELANA</li> <li>TACOS DE CERDO JARDINERA</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>POTAJE DE ACELGAS Y JUDÍAS</li> <li>ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE Y VERDURAS</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CREMA DE ZANAHORIAS</li> <li>ARROZ CON POLLO Y VERDURAS</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>POTAJE DE VERDURAS</li> <li>TACOS DE FOGONERO HORNEADO CON ENSALADA DE PAVO</li> <li>FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>RANCHO CANARIO</li> <li>PIZZA TRADICIONAL DE JAMÓN Y QUESO S/FRUTOS SECOS</li> <li>HELADO Y PAN INTEGRAL.</li> </ul>

	L	M	X	J	V	S	D
SEPTIEMBRE							
A				9	10	11	12
B	13	14	15	16	17	18	19
C	20	21	22	23	24	25	26
D	27	28	29	30			

★ No se utilizan productos elaborados con grasas trans, ni frituras.

★ Se pueden consultar las fichas de los platos en la página web de Albie: <http://albie.es/colegios/>  
 ★ Las Verduras y Hortalizas son naturales y frescas de temporada, preferiblemente regionales.

★ Todos los pescados utilizados , exclusivamente , son lomo de atún, carbonero, filetes de merluza y de fogueiro sin espinas y sin piel.

★ Este menú , por causas justificadas , podrá sufrir modificaciones

★ En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del consejo, de 25 Octubre de 2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, puede consultar la información sobre el contenido en alérgenos así como la valoración nutricional a través de su centro educativo.

★ Los Valores Nutricionales están realizados por Dietistas de ALBIE, S.A.:

- María González, Diplomada en Nutrición humana y dietética.  
 - Silvia Moreno Díez , Diplomada en Nutrición humana y dietética.

- Inmaculada Gea, Licenciada en Ciencia y Tecnología de los alimentos.

Más información  
 914356448.