MENÚ Diciembre 2021

Menú VEGETARIANO- Comedores Escolares - CURSO 2021-2022

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
A					
B	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO	• PURÉ DE ESPINACAS • GUISO VEGETAL CON LEGUMBRES CON PAPAS DADO • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .	• POTAJE DE 3 LEGUMBRES • ESPIRALES CON SALSA DE TOMATE, QUESO Y HUEVO • YOGUR SABORES Y PAN INTEGRAL.
C	• SOPA DE PUCHERO VEGETAL • ALUBIAS SALTEADAS CON VERDURAS Y PAPAS PANADERAS • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .	• CREMA DE BERROS • ARROZ CON VERDURAS Y GUISANTES • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .	• RANCHO CANARIO • MACARRONES PLUMA CON SALSA DE TOMATE, QUESO Y HUEVO • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .	• POTAJE DE LENTEJAS • VERDURAS AL VAPOR Y PAPAS CON ENSALADA TROPICAL • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO .	• PURÉ DE CALABACÍN • ROPA VIEJA TRADICIONAL VEGETAL • YOGUR SABORES Y PAN INTEGRAL.
D	• POTAJE DE GARBANZOS • VERDURAS SALTEADAS CON ARROZ Y SALSA DE PIÑA • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO	• PURÉ DE CALABAZA • PASTA CON VERDURAS SALSA DE TOMATE Y QUESO • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO	COMIDA ESPECIAL NAVIDAD	VACACIONES DE NAVIDAD	

L	M	X	J	V	S	D
Diciembre						
A		1	2	3	4	5
B	6	7	8	9	10	11	12
C	13	14	15	16	17	18	19
D	20	21	22	23	24	25	26
E	27	28	29	30	31		

★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 fogonero 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 Diez , Diplomada en Nutrición humana y dietética.
- Inmaculada Gea, Licenciada en Ciencia y Tecnología de los alimentos.

Más información 914356448.