

MENÚ ENERO 2022

Menú SIN HUEVO - Comedores Escolares - CURSO 2021 / 2022



LANZAROTE

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

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
A					
B	<ul style="list-style-type: none"> PURÉ DE BERROS ESPAGUETIS S/HUEVO CON SALSA DE PAVO, VERDURAS Y ALBAHACA FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO 	<ul style="list-style-type: none"> SOPA DE AVE Y FIDEOS S/HUEVO JAMONCITOS AL HORNO CON PAPAS EMPEREJILADAS FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO 	<ul style="list-style-type: none"> POTAJE DE ALUBIAS PESCADO AL HORNO CON ENSALADA DE LA CASA FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO 	<ul style="list-style-type: none"> CREMA DE CALABACINES GUISO DE TERNERA CON PAPAS DADO FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO 	<ul style="list-style-type: none"> POTAJE DE 3 LEGUMBRES ARROZ A LA CUBANA S/HUEVO YOGUR Y PAN INTEGRAL.
C	<ul style="list-style-type: none"> CREMA DE ZANAHORIAS GARBANZADA CANARIA FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> POTAJE DE VERDURAS ARROZ A LA MARINERA FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> SOPA JULIANA CON FIDEOS S/HUEVO SOLOMILLITOS DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA CANARIA FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> PURÉ DE LEGUMBRES FOGONERO AL ESTILO CANARIO FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> POTAJE DE GARBANZOS MACARRONES CON BOLONESA TRADICIONAL CON QUESO SIN HUEVO YOGUR Y PAN INTEGRAL.
D	<ul style="list-style-type: none"> PURÉ DE ESPINACAS PAELLA MEDITERRÁNEA TRADICIONAL FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> POTAJE DE JUDÍAS PINTAS PESCADO AL HORNO CON ENSALADA TROPICAL FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> CREMA DE VERDURAS RAGOUT DE CERDO CON GUI SANTES FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> SOPA MARAVILLA S/HUEVO MUSLOS EN SU JUGO HORNEADOS CON PIMIENTOS FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> REHOGADO DE LENTEJAS TALLARINES CON SALSA NAPOLITANA QUESO SIN HUEVO YOGUR Y PAN INTEGRAL.
E	<ul style="list-style-type: none"> POTAJE DE ACELGAS DEL PAÍS ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> PURÉ DE CALABACÍN Y PUERRO CODITOS DE PASTA SIN HUEVO CON ATÚN Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> SOPA CAMPESINA S/HUEVO TACOS DE POLLO CON ENSALADA CANARIA FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> RANCHO CANARIO S/FIDEOS FOGONERO AL HORNO CON PAPAS, MOJO Y GOFIO FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS LOMO HORNEADO EN SALSA DE PIÑA Y ARROZ BLANCO YOGUR Y PAN INTEGRAL

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

★ Este menú , por causas justificadas , podrá sufrir modificaciones

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

★ 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.

★ 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.

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

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

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

Más información
914356448.