

MENÚ ENERO 2022

Menú SIN LEGUMBRE- Comedores Escolares - CURSO 2021 / 2022



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
A					
B	<ul style="list-style-type: none"> • PURÉ DE BERROS • ESPAGUETIS CON SALSA DE PAVO, VERDURAS Y ALBAHACA • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE AVE Y FIDEOS • JAMONCITOS AL HORNO CON PAPAS EMPEREJILADAS • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO 	<ul style="list-style-type: none"> • POTAJE DE VERDURAS • MERLUZA REBOZADA 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 S/GUISANTES • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO 	<ul style="list-style-type: none"> • POTAJE DE 3 VERDURAS • ARROZ A LA CUBANA • YOGUR Y PAN INTEGRAL.
C	<ul style="list-style-type: none"> • CREMA DE ZANAHORIAS • POLLO CON VERDURAS AL ESTILO CANARIO • 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 • SOLOMILLITOS DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA CANARIA • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÉ DE VERDURAS • FOGONERO AL ESTILO CANARIO • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> • POTAJE DE CALABACINES • MACARRONES CON BOLONESA TRADICIONAL, QUESO Y HUEVO • YOGUR Y PAN INTEGRAL.
D	<ul style="list-style-type: none"> • PURÉ DE ESPINACAS • PAELLA MEDITERRÁNEA TRADICIONAL S/GUISANTES • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> • POTAJE DE VERDURAS • CHURROS DE MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA TROPICAL • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> • CREMA DE VERDURAS • RAGOUT DE CERDO SIN GUISANTES • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA MARAVILLA • MUSLOS EN SU JUGO HORNEADOS CON PIMIENTOS • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> • REHOGADO DE VERDURAS • TALLARINES CON SALSA NAPOLITANA QUESO Y 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 CON SALSA DE ATÚN Y TOMATE • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA CAMPESINA • TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA CANARIA • FRUTA DE TEMPORADA Y PAN FRESCO . 	<ul style="list-style-type: none"> • RANCHO CANARIO • 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

	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	

★ 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 fogueiro sin espinas y sin piel.

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

Más información
914356448.