



SERVICIO DE COMEDOR- COLEGIO ROMAREDA
HERMANOS RUIZ MARTÍNEZ. 665281136/679142508
comedorromareda@gmail.com

MENÚ SEPTIEMBRE 2017

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			7 Macarrones con tomate Croquetas de jamón con tomate natural Fruta del tiempo Kcal aprox.: 599,8	8 Paella mixta Pollo asado en su jugo Postre lácteo Kcal aprox.: 599,7
11 Lentejas estofadas San Jacobo con bróccoli al vapor Fruta del tiempo Kcal aprox.: 600,5	12 Crema de verduras Albóndigas en salsa de tomate Fruta del tiempo Kcal aprox.: 595,3	13 Arroz con tomate Lomo empañado con ensaladas variadas Fruta del tiempo Kcal aprox.: 601,7	14 Ensalada de pasta Estofado con champiñones Fruta del tiempo Kcal aprox.: 590,5	15 Sopa de garbanzos Pescado en salsa verde Helado Kcal aprox.: 588,4
18 Verdura del tiempo Salchichas al vapor con patatas fritas Fruta del tiempo Kcal aprox.: 587,1	19 Paella mixta Jamoncitos a la jardinera Fruta del tiempo Kcal aprox.: 617,8	20 Alubias blancas con jamón Pescado al horno con mayonesa Fruta del tiempo Kcal aprox.: 602	21 Vychissoise Albóndigas en salsa de almendras Postre lácteo Kcal aprox.: 595,3	22 Espagueti cuatro quesos Pechuga Villeroy con ensalada Fruta del tiempo Kcal aprox.: 601,3
25 Puré de verduras Lomo a la plancha con tomate Fruta del tiempo Kcal aprox.: 589,3	26 Garbanzos con acelgas Pescado empanado con lechuga Fruta del tiempo Kcal aprox.: 593,6	27 Verdura del tiempo Hamburguesa de ternera con ensalada Fruta del tiempo Kcal aprox.: 603,1	28 Sopa de cocido Pollo guisado con verduritas Fruta del tiempo Kcal aprox.: 596,8	29 Arroz con tomate casero San Jacobo con aceitunas y maíz Postre lácteo Kcal aprox.: 602,4

RECORDAMOS QUE DEL 7 AL 22 DE SEPTIEMBRE EL HORARIO DE RECOGIDA ES DE 14:00 A 15:30, EN EL PORCHE VERDE PARA PRIMARIA Y EN EL EDIFICIO DE INFANTIL PARA LOS PEQUEÑOS

***COMO GUARNICIÓN DEL SEGUNDO PLATO SIEMPRE HAY DISPONIBLE ENSALADA.**

**** HAY PAN COMO ACOMPAÑAMIENTO PARA TODOS LOS COMENSALES**

***** LAS CALORÍAS QUE SE REFLEJAN SON LAS DE UNA RACIÓN MEDIA PARA UN NIÑO DE ENTRE 3 Y 8 AÑOS. EN EL COMEDOR LAS RACIONES ESTÁN ADECUADAS A LAS DIFERENTES EDADES.**

NOTA: El menú puede sufrir alguna variación según la disponibilidad de género en el mercado.

DIETAS ESPECIALES: Avisar en secretaría antes de las 11:00 ALERGIAS/INTOLERANCIAS: Indicarlo por escrito al encargado del comedor

Según el Reglamento (UE) nº 1169/2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, a partir de ahora se informará en el menú de la presencia de sustancias que pueden provocar alergias o intolerancias alimentarias

 **CEREALES** **FRUTOS SECOS** **CRUSTÁCEOS** **APIO** **HUEVOS**
PESCADO **CACAHUETES** **SOJA** **LÁCTEOS** **MOLUSCOS**

SE RECOMIENDA COMPLETAR EL MENÚ ESCOLAR DANDO A LOS NIÑOS EN LAS CENAS VERDURAS, HUEVOS Y PESCADO



MONTSE

JAVI