























MENÚ NOVIEMBRE 2017

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	1	2	3
		DÍA DE TODOS LOS SANTOS	Arroz tres delicias Pollo asado con ensalada Fruta del tiempo Kcal aprox.: 601,2	Macarrones con tomate  Albóndigas en salsa demi-glace  Postre lácteo  Kcal aprox.: 603,8
6 Verdura del tiempo salteada con jamón Lomo adobado con ensalada mixta Fruta del tiempo Kcal aprox.: 589,7	8 Alubias con chorizo Filete ruso en salsa de tomate  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 602,3	8 Paella mixta Pechuga de pollo al horno con brócoli  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 588,5	9 Espagueti con chistorra  Pescado a la italiana  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 596,8	11 Crema de verduras Estofado de ternera con champiñones Postre lácteo  Kcal aprox.: 607,3
13 Sopa de cocido con huevo y jamón  Lomo a la plancha en salsa con zanahorias baby Fruta del tiempo Kcal aprox.: 600,1	14 Verdura del tiempo Albóndigas con tomate casero  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 599,8	15 Lentejas estofadas Pescado al horno con ensaladas variadas  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 592,4	16 Arroz con tomate San Jacobo con ensalada de tomate  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 595,4	17 Fideuá Carne asada en su jugo Postre lácteo  Kcal aprox.: 598,3
20 Vichyssoise Salchichas al vapor con guarnición Fruta del tiempo Kcal aprox.: 590,1	21 Garbanzos con acelga Pescado en salsa verde  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 594,1	22 Paella mixta Pechuga Villeroy con ensalada  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 605,3	23 Verdura del tiempo Filete ruso en salsa de la abuela  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 587,1	24 Caracolas con bacon y queso   Ternera empanada con ensaladas variadas  Postre lácteo  Kcal aprox.: 589,2
27 Alubias pintas con jamón Calamares a la Romana con Ali-oli  Fruta del tiempo	28 Crema de verduras Lomo a la riojana Fruta del tiempo Kcal aprox.: 582,4	29 Arroz con tomate Pollo asado en su jugo Fruta del tiempo Kcal aprox.: 596,7	30 Sopa de fideos Estofado con verduritas Fruta del tiempo Kcal aprox.: 590,6	1 Verdura del tiempo Albóndigas en salsa de tomate  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 599,8

***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