

Sugerencias para las cenas

Si has comido en el cole: ... en casa puedes cenar:

Primeros platos

Legumbre, patatas, pasta o arroz
Verdura o purés

Segundos platos

Ternera, cerdo o ave
Pescado
Huevo

Postres

Fruta
Lácteo

Primeros platos

Verduras, purés o ensalada
Patatas, pasta o sopas

Segundos platos

Pescado o huevo
Ternera, cerdo, ave o huevo
Ternera, cerdo, ave o pescado

Postres

Lácteo o fruta
Fruta

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición de Hostur Colectividades y Turismo. Elaboramos platos ricos y saludables teniendo como base la dieta mediterránea y siguiendo las recomendaciones de la CAM y de la estrategia NAOS.

Valoraciones nutricionales basadas en una dieta aproximada de 2.000 kcal diarias para niños y niñas de 6 a 9 años.



hostur 1993

C/ De la Fresa 7 – 28703
S.S. de los Reyes - Madrid
info@hosturcolectividades.es
www.hosturcolectividades.es
91 570 84 57 – 693 861 175



RECOMENDACIONES DE CENAS

SEPTIEMBRE

| | | | |
|--------------|--|---|---------------------------|
| LUNES 9 | SALMOREJO CON AGUACATE- | DELICIAS DE MERLUZA CASERAS | FRUTA |
| MARTES 10 | ENSALADA CON PASTA INTEGRAL (ATÚN, MAÍZ, ZANAHORIA Y TOMATE) | | KÉFIR NATURAL |
| MIÉRCOLES 11 | CREMA DE PUERROS | PAVO AL AJILLO CON ARROZ | MACEDONIA CASERA DE FRUTA |
| JUEVES 12 | COUS COUS SALTEADO | HAMBURGUESA DE LEGUMBRE | YOGUR GRIEGO NATURAL |
| VIERNES 13 | ENSALADA CEPRESE (TOMATE, MOZZAREELA Y ALBAHACA) | SAN JACOBOS CASEROS DE CALABACÍN | BROCHETA DE FRUTA |
| LUNES 16 | SOPA DE FIDEOS INTEGRALES | SALMÓN EN PAPILOTE | FRUTA |
| MARTES 17 | CREMA FRÍA DE MELÓN | TORTILLA DE BONIATO Y PATATA | YOGUR NATURAL |
| MIÉRCOLES 18 | QUINOA SALTEADA CON VERDURITAS Y POLLO | | FRUTA |
| JUEVES 19 | ESPAGUETIS DE CALABACÍN SALTEADOS CON GAMBAS AL AJILLO | HUEVOS REVUELTOS | KÉFIR |
| VIERNES 20 | ENSALADA DE AGUACATE | FINGERS CASEROS DE POLLO | BROCHETA DE FRUTA |
| LUNES 23 | GAZPACHO CON PICATOSTE DE PAN INTEGRAL | TORTILLA DE CALABACÍN Y PATATA | FRUTA |
| MARTES 24 | ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FETA | BROCHETAS DE RAPE Y VERDURAS | KÉFIR NATURAL |
| MIÉRCOLES 25 | ENSALADA DE JUDÍAS VERDES (ATÚN, HUEVO Y ZANAHORIA) | | FRUTA |
| JUEVES 26 | ARROZ INTEGRAL REHOGADO | BACALAO CON SALSA DE TOMATE CASERA Y ALBAHACA | MADECONIA CASERA DE FRUTA |
| VIERNES 27 | CARPACCIO DE CALABACÍN CON QUESO PARMESANO | PIZZA AL GUSTO CON BASE DE QUINOA | YOGUR NATURAL |
| LUNES 30 | HUMMUS | PESCADO AL HORNO CON PATATAS | FRUTA |

¿SABÍAS QUE...?

Las **frutas climatéricas** son aquellas que **pueden seguir madurando una vez recolectadas**. Es el caso, por ejemplo, de **manzanas, peras, plátanos, melocotones, aguacates...** Al madurar aumentan la producción de **etileno** así que podemos acelerar la maduración de una fruta si la colocamos junto a otra ya madura.





RECOMENDACIONES DESAYUNOS

SEPTIEMBRE

| | |
|--|--|
| LUNES | TOSTADA EN PAN INTEGRAL DE CREMA DE FRUTOS SECOS Y VASO DE LECHE |
| MARTES | TORTITAS DE AVENA Y PLÁTANO CON VASO DE LECHE CON CACAO PURO |
| MIÉRCOLES | BOL DE YOGUR NATURAL CON AVENA, PLÁTANO Y NUECES TRITURADAS |
| JUEVES | TOSTADA DE PAN INTEGRAL CON AGUCATE Y KÉFIR NATURAL |
| VIERNES | BIZCOCHO SALUDABLE Y VASO DE LECHE |
| | |
| LUNES | BOL DE YOGUR CON FRUTAS SECAS Y FRUTOS SECOS TRITURADOS |
| MARTES | TOSTADA DE PAN INTEGRAL CON HUEVO REVUELTO Y TOMATE Y VASO DE LECHE |
| MIÉRCOLES | PULGUITA DE PAN INTEGRAL CON ATÚN Y TOMATE NATURAL |
| JUEVES | BOL DE YOGUR GRIEGO CON FRESAS Y TROCITOS DE CHOCOLATE >85% CACAO |
| VIERNES | SÁNDWICH A LA PLANCHA DE PAN INTEGRAL CON CREMA DE CACAHUETE Y PLÁTANO |
| TIPS PARA UN DESAYUNO MÁS SALUDABLE | <u>TORTITAS DE AVENA Y PLÁTANO</u> |
| | <p>Ingredientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 huevos • 100 g harina avena • Medio sobre de impulsor (8g) • Canela • Mantequilla para engrasar la sartén <p>Preparación:</p> <p>Batimos todos los ingredientes.</p> <p>Calentamos la sartén engrasada con mantequilla.</p> <p>Echamos la masa y cocinamos las tortitas a fuego medio por ambos lados.</p> <p>Si se desea se pueden servir acompañadas de crema de frutos secos, trozos de fruta...</p> |

¿SABÍAS QUE...?

Podemos **aportar sabor a un yogur o kéfir natural de varias formas**. Se puede **triturar** el **yogur** con las **frutas** que más nos gusten, se puede **acompañar** de **trocitos de frutas frescas**, **frutas secas**, **fruto secos** y **semillas molidas**, **cereales**, **trocitos de chocolate**, **canela**...



RECOMENDACIONES MERIENDAS

SEPTIEMBRE

| | |
|--|---|
| LUNES | BOCADILLO EN PAN INTEGRAL CON PATÉ DE QUESO CREMA Y ATÚN |
| MARTES | FRUTA FRESCA, PUÑADO DE FRUTOS SECOS Y LECHE |
| MIÉRCOLES | BOCADILLO EN PAN INTEGRAL DE QUESO CON RODAJAS DE TOMATE Y AOVE |
| JUEVES | GALLETAS SALUDABLES Y VASO DE LECHE |
| VIERNES | DIP DE QUESO CREMA CON PICOS INTERGALES Y FRUTA |
| | |
| LUNES | TOSTADA EN PAN INTEGRAL CON CREMA DE FRUTOS SECOS Y LECHE |
| MARTES | BATIDO DE PLÁTANO, MANZANA Y LECHE Y PUÑADO DE FRUTOS SECOS |
| MIÉRCOLES | TOSTADA DE PAN INTEGRAL CON CHOCOLATE >85% FUNDIDO Y FRUTA |
| JUEVES | CUBITOS DE QUESO Y FRUTA SECA |
| VIERNES | SÁNDWICH LA PLANCHA CON PAN INTEGRAL, JAMÓN COCIDO Y QUESO |
| UNA RECETA REFRESCANTE PARA LOS ÚLTIMOS DÍAS DE CALOR | <p><u>Salmorejo con aguacate y manzana</u></p> <p>Ingredientes:</p> <ul style="list-style-type: none">• 1 kg de tomates• 1 aguacate• 1 manzana pelada• 1 diente de ajo• AOVE y sal <p>Preparación:</p> <p><i>Triturar todos los ingredientes hasta que el salmorejo tenga una textura cremosa. Si se desea pasar por el chino.</i></p> |

¿SABÍAS QUE...?

Los **frutos secos** son **alimentos muy nutritivos**. Contienen **grasas cardiosaludables** y son una interesante **fFuente de proteína vegetal, fibra, vitaminas y minerales**. Aunque se trata de alimentos muy calóricos tienen **gran poder saciante**. Se deben consumir en su forma natural. Para evitar el riesgo de atragantamiento en niños pequeños se pueden añadir triturados a yogures, batidos y postres caseros o consumirse en forma de cremas.

SEPTIEMBRE SEPTEMBER

2024

MENÚ BASAL



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún



Albóndigas en salsa con verduritas



Pan y yogur



664kcal. 56,18% H.C. 15,96% Prot. 29,74% Lip.
4g AGS. 279gm Ca. 3mg Fe. 344ug A.

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur



648kcal. 52,08% H.C. 15,44% Prot. 32,80% Lip.
5g AGS. 248gm Ca. 3mg Fe. 715ug A.

23 Lentejas ecológicas a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria



Pan y yogur



639kcal. 55,04% H.C. 16,06% Prot. 28,97% Lip.
4g AGS. 250gm Ca. 3mg Fe. 263ug A.

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado



Pan y yogur



623kcal. 47,56% H.C. 14,89% Prot. 37,55% Lip.
3g AGS. 87gm Ca. 5mg Fe. 246ug A.

10 Judías verdes rehogadas con jamón



Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas



Pan y fruta de temporada



638kcal. 53,50% H.C. 15,82% Prot. 30,68% Lip.
2g AGS. 87gm Ca. 3mg Fe. 158ug A.

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo



Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz



Pan y fruta ecológica de temporada



639kcal. 55,38% H.C. 14,82% Prot. 34,36% Lip.
7g AGS. 69gm Ca. 3mg Fe. 140ug A.

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo



Huevos revueltos con bacón y ensalada



Pan y fruta de temporada



651kcal. 51,20% H.C. 15,67% Prot. 32,87% Lip.
3g AGS. 96gm Ca. 5mg Fe. 735ug A.

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico



Pan y fruta de temporada



685kcal. 55,29% H.C. 15,35% Prot. 30,84% Lip.
3g AGS. 85gm Ca. 3mg Fe. 515ug A.

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas



Pan y fruta de temporada



658kcal. 48,81% H.C. 15,84% Prot. 35,67% Lip.
6g AGS. 162gm Ca. 3mg Fe. 480ug A.

25 Sopa de cocido con fideos



Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada



685kcal. 55,93% H.C. 15,36% Prot. 30,63% Lip.
5g AGS. 130gm Ca. 8mg Fe. 318ug A.

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado



Pan integral y fruta de temporada



625kcal. 48,32% H.C. 14,74% Prot. 30,42% Lip.
3g AGS. 66gm Ca. 5mg Fe. 333ug A.

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous



Pan integral y fruta de temporada



668kcal. 54,98% H.C. 15,59% Prot. 29,84% Lip.
3g AGS. 97gm Ca. 5mg Fe. 410ug A.

26 Puré de calabacín y queso



Hamburguesa de pollo con arroz amarillo



Pan integral y fruta de temporada



653kcal. 51,85% H.C. 12,05% Prot. 36,01% Lip.
2g AGS. 187gm Ca. 2mg Fe. 140ug A.

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)



Lenguado al pil pil con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha



Pan y fruta de temporada



658kcal. 53,18% H.C. 12,96% Prot. 34,08% Lip.
6g AGS. 171gm Ca. 6mg Fe. 736ug A.

20 Patatas a la marinera



Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria



Pan y fruta de temporada



635kcal. 35,08% H.C. 14,78% Prot. 50,51% Lip.
6g AGS. 112gm Ca. 4mg Fe. 662ug A.

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduras



Pan y fruta de temporada



628kcal. 53,18% H.C. 16,96% Prot. 29,84% Lip.
3g AGS. 69gm Ca. 3mg Fe. 140ug A.



*La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

*Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento UE 1169/2011 (Información alimentaria) se deberá informar sobre los posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados.

Hostur
Colectividades y Turismo



SEPTIEMBRE SEPTEMBER 2024

MENÚ BASAL



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Wholegrain spagueti with tomato sauce and tuna
 Meatballs with vegetables
 Bread and yoghurt

664kcal. 56,18% H.C. 15,96% Prot. 29,74% Lip.
 4g AGS. 279gm Ca. 3mg Fe. 344ug A.

10 Sauteed green beans with ham
 Spanish omelette with salad
 Bread and fruit

638kcal. 53,50% H.C. 15,82% Prot. 30,68% Lip.
 2g AGS. 87gm Ca. 3mg Fe. 158ug A.

11 Sauteed chickpeas with chorizo
 Breaded hake with organic ratatouille
 Bread and fruit

685kcal. 55,29% H.C. 15,35% Prot. 30,84% Lip.
 3g AGS. 85gm Ca. 3mg Fe. 515ug A.

12 Organic pumpkin cream
 Roast pork loin with potatoes
 Wholemeal bread and fruit

625kcal. 48,32% H.C. 14,74% Prot. 30,42% Lip.
 3g AGS. 66gm Ca. 5mg Fe. 333ug A.

13 Rice with turkey, corn and carrot
 Pil pil sole with salad
 Bread and fruit

658kcal. 53,18% H.C. 12,96% Prot. 34,08% Lip.
 6g AGS. 171gm Ca. 6mg Fe. 736ug A.

16 Vegetables cream
 Baked lacon with paprika and rice
 Bread and yoghurt

648kcal. 52,08% H.C. 15,44% Prot. 32,80% Lip.
 5g AGS. 249gm Ca. 3mg Fe. 715ug A.

17 Sauteed peas with onion and turkey
 Pork and beef lasagna with letucce, carrot and sweet corn salad
 Bread and fruit

639kcal. 55,38% H.C. 14,82% Prot. 34,36% Lip.
 7g AGS. 69gm Ca. 3mg Fe. 140ug A.

18 Breaded cauliflower
 Cod portuguese with baked potatoes
 Bread and fruit

658kcal. 48,81% H.C. 15,84% Prot. 35,67% Lip.
 6g AGS. 162gm Ca. 3mg Fe. 480ug A.

19 Stewed organic beans with vegetables
 Chicken in sauce with cous cous
 Wholemeal bread and fruit

668kcal. 54,98% H.C. 15,59% Prot. 29,84% Lip.
 3g AGS. 97gm Ca. 5mg Fe. 410ug A.

20 Stewed potatoes with seafood and fish
 Omelette with salad
 Bread and fruit

635kcal. 35,08% H.C. 14,78% Prot. 50,51% Lip.
 6g AGS. 112gm Ca. 4mg Fe. 662ug A.

23 Stewed organic lentils with vegetables
 Hake with tomato sauce and salad
 Bread and yoghurt

639kcal. 55,04% H.C. 16,06% Prot. 28,97% Lip.
 4g AGS. 250gm Ca. 3mg Fe. 263ug A.

24 Wholegrain macaroni with tomato sauce and turkey
 Scrambled eggs with bacon and salad
 Bread and fruit

651kcal. 51,20% H.C. 15,67% Prot. 32,87% Lip.
 3g AGS. 96gm Ca. 5mg Fe. 735ug A.

25 Noodles soup
 Chickpeas, carrot, veal and chorizo
 Bread and fruit

685kcal. 55,93% H.C. 15,36% Prot. 30,63% Lip.
 5g AGS. 130gm Ca. 8mg Fe. 318ug A.

26 Zucchini and cheese cream
 Chicken burger with rice
 Wholemeal bread and fruit

653kcal. 51,85% H.C. 12,05% Prot. 36,01% Lip.
 2g AGS. 187gm Ca. 2mg Fe. 140ug A.

27 Rice with vegetables
 Salmon with leek sauce and vegetables
 Bread and fruit

628kcal. 53,18% H.C. 16,96% Prot. 29,84% Lip.
 3g AGS. 69gm Ca. 3mg Fe. 140ug A.

30 Carrots cream
 Turkey sausage with tomato sauce and rice
 Bread and yoghurt

623kcal. 47,56% H.C. 14,89% Prot. 37,55% Lip.
 3g AGS. 87gm Ca. 5mg Fe. 246ug A.

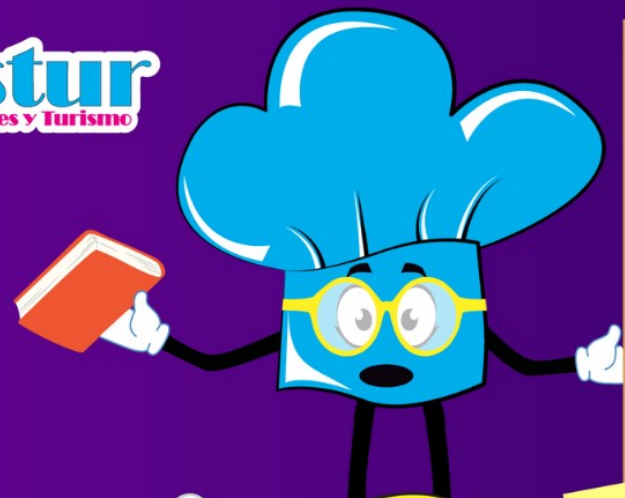


*La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

*Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento UE 1169/2011 (Información alimentaria) se deberá informar sobre los posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados.

Hostur
 Colectividades y Turismo



Alergias,
Intolerancias
y Alternativo



Sugerencias para las cenas

Si has comido en el cole: ... en casa puedes cenar:

Primeros platos

Legumbre, patatas, pasta o arroz
Verdura o purés

Segundos platos

Ternera, cerdo o ave
Pescado
Huevo

Postres

Fruta
Lácteo

Primeros platos

Verduras, purés o ensalada
Patatas, pasta o sopas

Segundos platos

Pescado o huevo
Ternera, cerdo, ave o huevo
Ternera, cerdo, ave o pescado

Postres

Lácteo o fruta
Fruta



hostur 1993

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición de Hostur Colectividades y Turismo. Elaboramos platos ricos y saludables teniendo como base la dieta mediterránea y siguiendo las recomendaciones de la CAM y de la estrategia NAOS.

Valoraciones nutricionales basadas en una dieta aproximada de 1.000 kcal diarias para niños y niñas de 1 a 3 años.

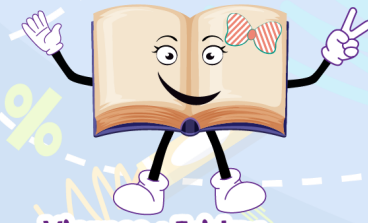
C/ De la Fresa 7 – 28703
S.S. de los Reyes - Madrid
info@hosturcolectividades.es
www.hosturcolectividades.es
91 570 84 57 – 693 861 175

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ BASAL



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lengüado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 Lentejas ecológicas a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 Sopa de cocido con fideos

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

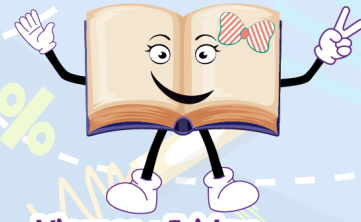
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

SEPTIEMBRE
SEPTEMBER
2024

MENÚ HIPOCALÓRICA



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 *Espaguetis integrales con salsa de tomate casera*

Albóndigas caseras de pollo en salsa con verduritas

Pan y yogur desnatado

10 *Judías verdes rehogadas*

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 *Garbanzos salteados con verduras*

Merluza al horno con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 *Crema templada de calabaza ecológica*

Lomo asado con patatas al horno

Pan integral y fruta de temporada

13 *Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)*

Lengüado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 *Crema de verduras de temporada*

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur desnatado

17 *Guisantes salteados con cebolla y pavo*

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 *Coliflor ecológica rehogada*

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 *Guiso de alubias ecológicas con hortalizas*

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 *Patatas a la marinera*

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 *Lentejas ecológicas a la jardinera*

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur desnatado

24 *Macarrones integrales al pomodoro con pavo*

Huevos revueltos y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 *Sopa de cocido con fideos*

Garbanzos, zanahoria, patata y ternera

Pan y fruta de temporada

26 *Puré de calabacín*

Hamburguesa casera de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 *Arroz huertano*

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 *Crema de zanahoria*

Filete de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur desnatado



*** La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.**

*** Se servirá leche como complemento al menú todos los días.**

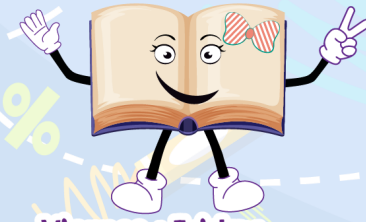
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

SEPTIEMBRE
SEPTEMBER
2024

MENÚ SIN PROTEÍNA DE LA LECHE DE VACA



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 *Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún*

Albóndigas caseras de pollo en salsa con verduritas

Pan y yogur de soja

10 *Judías verdes rehogadas*

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 *Garbanzos salteados con chorizo*

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 *Crema templada de calabaza ecológica*

Lomo de cerdo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 *Arroz tres delicias (huevo, maíz y zanahoria)*

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 *Crema de verduras de temporada*

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur de soja

17 *Guisantes salteados con cebolla*

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 *Coliflor ecológica al orly casero*

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 *Guiso de alubias ecológicas con hortalizas*

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 *Patatas a la marinera*

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 *Lentejas ecológicas estofadas con verduras*

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur de soja

24 *Macarrones integrales al pomodoro*

Huevos revueltos y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 *Sopa de fideos*

Garbanzos, zanahoria, patata y chorizo

Pan y fruta de temporada

26 *Puré de calabacín*

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 *Arroz huertano*

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 *Crema de zanahoria*

Filete de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur de soja



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN LENTEJAS



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 **Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún**

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 **Judías verdes rehogadas con jamón**

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 **Garbanzos salteados con chorizo**

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 **Crema templada de calabaza ecológica**

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 **Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)**

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 **Crema de verduras de temporada**

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 **Guisantes salteados con cebolla y pavo**

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 **Coliflor ecológica al orly casero**

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 **Guiso de alubias ecológicas con hortalizas**

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 **Patatas a la marinera**

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 **Guiso de patatas con verduras**

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 **Macarrones integrales al pomodoro con pavo**

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 **Sopa de cocido con fideos**

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 **Puré de calabacín y queso**

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 **Arroz huertano**

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 **Crema de zanahoria**

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN CACAHUETE



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 **Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún**

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 **Judías verdes rehogadas con jamón**

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 **Garbanzos salteados con chorizo**

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 **Crema templada de calabaza ecológica**

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 **Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)**

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 **Crema de verduras de temporada**

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 **Guisantes salteados con cebolla y pavo**

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 **Coliflor ecológica al orly casero**

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 **Guiso de alubias ecológicas con hortalizas**

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 **Patatas a la marinera**

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 **Lentejas ecológicas a la jardinera**

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 **Macarrones integrales al pomodoro con pavo**

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 **Sopa de cocido con fideos**

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 **Puré de calabacín y queso**

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 **Arroz huertano**

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 **Crema de zanahoria**

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN FRUTOS SECOS, SIN FAMILIA MELOCOTÓN, SIN PERA, SIN MANZANA, SIN CACAHUETE



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur (no macedonia)

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada (excepto no permitidas)

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lengüado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur (no macedonia)

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada (excepto no permitidas)

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada (excepto no permitidas)

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

23 Lentejas ecológicas a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur (no macedonia)

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

25 Sopa de cocido con fideos

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada (excepto no permitidas)

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur (no macedonia)



*La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

*Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

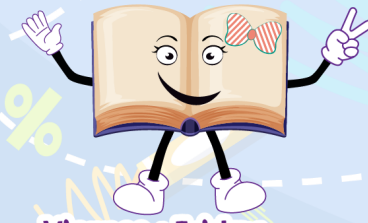
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

LTP, SIN FRUTOS SECOS, SIN MELOCOTÓN, SIN FRUTAS ROJAS, SIN FRESA, SIN CEREZA,
SIN MANZANA, SIN PERA, SIN KIWI



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur (natural/plátano)

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas) (sin piel)

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas) (sin piel)

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada (excepto no permitidas) (sin piel)

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas) (sin piel)

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur (natural/plátano)

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada (excepto no permitidas) (sin piel)

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas) (sin piel)

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada (excepto no permitidas) (sin piel)

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas) (sin piel)

23 Lentejas ecológicas a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur (natural/plátano)

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas) (sin piel)

25 Sopa de cocido con fideos

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas) (sin piel)

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada (excepto no permitidas) (sin piel)

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas) (sin piel)

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur (natural/plátano)



*La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

*Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN GLUTEN



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis (SG) con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas caseras de pollo (SG) en salsa con verduras

Pan (SG) y yogur

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan (SG) y fruta de temporada

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza (SG) con pisto de verduras ecológico

Pan (SG) y fruta de temporada

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan (SG) y fruta de temporada

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan (SG) y fruta de temporada

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan (SG) y yogur

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan (SG) y fruta ecológica de temporada

18 Coliflor ecológica rehogada

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan (SG) y fruta de temporada

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con arroz salteado

Pan (SG) y fruta de temporada

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan (SG) y fruta de temporada

23 Lentejas ecológicas (STG) a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan (SG) y yogur

24 Macarrones (SG) al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan (SG) y fruta de temporada

25 Sopa de cocido con fideos (SG)

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan (SG) y fruta de temporada

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa casera de pollo (SG) con arroz amarillo

Pan (SG) y fruta de temporada

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan (SG) y fruta de temporada

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan (SG) y yogur



*La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

*Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

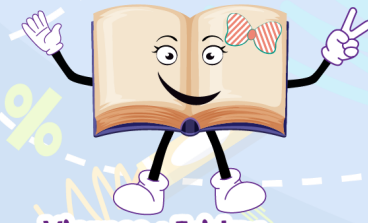
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN PESCADO



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 *Espaguetis integrales con salsa de tomate casera*

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 *Judías verdes rehogadas con jamón*

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 *Garbanzos salteados con chorizo*

Filete de pavo con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 *Crema templada de calabaza ecológica*

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 *Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)*

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 *Crema de verduras de temporada*

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 *Guisantes salteados con cebolla y pavo*

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 *Coliflor ecológica al orly casero*

Salchichas de pavo con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 *Guiso de alubias ecológicas con hortalizas*

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 *Patatas guisadas con verduras*

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 *Lentejas ecológicas a la jardinera*

Pollo al horno con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 *Macarrones integrales al pomodoro con pavo*

Huevos revueltos con bacón y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 *Sopa de cocido con fideos*

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 *Puré de calabacín y queso*

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 *Arroz huertano*

Lacón y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 *Crema de zanahoria*

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



*La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

*Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

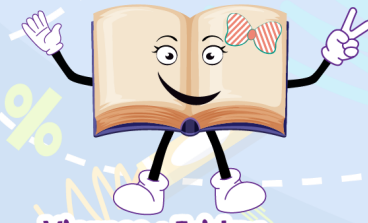
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN SÉSAMO, SIN NUEZ



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan y fruta de temporada

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lengüado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous

Pan y fruta de temporada

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 Lentejas ecológicas a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 Sopa de cocido con fideos

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan y fruta de temporada

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN LACTOSA



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 **Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún**

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur (SL)

10 **Judías verdes rehogadas**

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 **Garbanzos salteados con chorizo**

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 **Crema templada de calabaza ecológica**

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 **Arroz tres delicias (huevo, maíz y zanahoria)**

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 **Crema de verduras de temporada**

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur (SL)

17 **Guisantes salteados con cebolla**

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 **Coliflor ecológica al orly casero**

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 **Guiso de alubias ecológicas con hortalizas**

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 **Patatas a la marinera**

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 **Lentejas ecológicas a la jardinera**

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur (SL)

24 **Macarrones integrales al pomodoro**

Huevos revueltos y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 **Sopa de cocido con fideos**

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 **Puré de calabacín**

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 **Arroz huertano**

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 **Crema de zanahoria**

Filete de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur (SL)



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN BERENJENA



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con ensalada

Pan y fruta de temporada

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lengüado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 Crema de verduras (sin berenjena)

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 Guiso de alubias ecológicas (sin berenjena)

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 Lentejas ecológicas a la jardinera (sin berenjena)

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 Sopa de cocido con fideos

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN HUEVO



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis (SH) con salsa de tomate casera y atún
Albóndigas en salsa con verduritas
Pan y yogur

10 Judías verdes rehogadas con jamón
Rostí de patata con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas
Pan y fruta de temporada

11 Garbanzos salteados con chorizo
Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico
Pan y fruta de temporada

12 Crema templada de calabaza ecológica
Lomo asado con patatas dado
Pan y fruta de temporada

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)
Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha
Pan y fruta de temporada

16 Crema de verduras de temporada
Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado
Pan y yogur

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo
Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Pan y fruta ecológica de temporada

18 Coliflor rehogada
Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas
Pan y fruta de temporada

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas
Pollo en salsa con cous cous
Pan y fruta de temporada

20 Patatas a la marinera
Rostí con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
Pan y fruta de temporada

23 Lentejas ecológicas a la jardinera
Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria
Pan y yogur

24 Macarrones (SH) al pomodoro con pavo
Rostí y ensalada de lechuga, tomate y maíz
Pan y fruta de temporada

25 Sopa de cocido con fideos (SH)
Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)
Pan y fruta de temporada

26 Puré de calabacín
Hamburguesa de pollo con arroz amarillo
Pan y fruta de temporada

27 Arroz huertano
Salmón con salsa de puerros y verduritas
Pan y fruta de temporada

30 Crema de zanahoria
Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado
Pan y yogur



• La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

• Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN HUEVO, SIN FRUTOS SECOS, SIN KIWÍ



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis (SH) con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Rostí de patata con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada (no kiwi)

18 Coliflor rehogada

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

20 Patatas a la marinera

Rostí con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

23 Lentejas ecológicas a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 Macarrones (SH) al pomodoro con pavo

Rostí y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

25 Sopa de cocido con fideos (SH)

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

26 Puré de calabacín

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada (no kiwi)

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



*La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

*Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

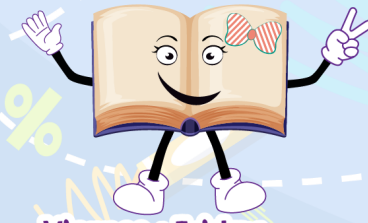
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN MELOCOTÓN, SIN KIWI



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur (no macedonia)

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada (excepto no permitidas)

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur (no macedonia)

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada (excepto no permitidas)

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada (excepto no permitidas)

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

23 Lentejas ecológicas a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur (no macedonia)

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

25 Sopa de cocido con fideos

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada (excepto no permitidas)

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur (no macedonia)



*La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

*Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN CACAHUETE, SIN FRUTOS SECOS



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lengüado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 Lentejas ecológicas a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 Sopa de cocido con fideos

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN BACALAO



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 Coliflor ecológica al orly casero

Abadejo a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 Patatas a la marinera (sin bacalao)

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 Lentejas ecológicas a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacón y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 Sopa de cocido con fideos

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



***La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.**

***Se servirá leche como complemento al menú todos los días.**

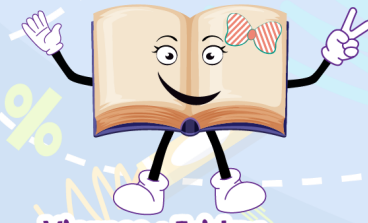
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN AVELLANA



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 **Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún**

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 **Judías verdes rehogadas con jamón**

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 **Garbanzos salteados con chorizo**

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 **Crema templada de calabaza ecológica**

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 **Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)**

Lengüado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 **Crema de verduras de temporada**

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 **Guisantes salteados con cebolla y pavo**

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 **Coliflor ecológica al orly casero**

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 **Guiso de alubias ecológicas con hortalizas**

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 **Patatas a la marinera**

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 **Lentejas ecológicas a la jardinera**

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 **Macarrones integrales al pomodoro con pavo**

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 **Sopa de cocido con fideos**

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 **Puré de calabacín y queso**

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 **Arroz huertano**

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 **Crema de zanahoria**

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

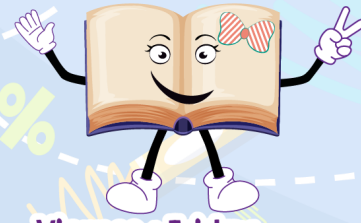
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN MARISCO



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 Garbanzos salteados con chorizo

Abadejo a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 Coliflor ecológica al orly casero

Abadejo a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 Patatas guisadas con verduras

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 Lentejas ecológicas a la jardinera

Abadejo a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 Sopa de cocido con fideos

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 Arroz huertano

Lenguado con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

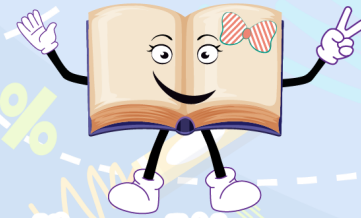
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN PARAGUAYA, SIN MELOCOTÓN, SIN ALBARICOQUE, SIN NECTARINA, SIN CIRUELA, SIN CEREZA, SIN FRESA, SIN KIWI, SIN NUEZ, SIN JUDÍAS VERDES, SIN FRUTOS SECOS, SIN PIPAS



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas en salsa con zanahoria salteada

Pan y yogur (natural/plátano)

10 Acelgas rehogadas

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

16 Crema de verduras de temporada (sin judía verde)

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur (natural/plátano)

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada (excepto no permitidas)

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas (sin judía verde)

Pollo en salsa con cous cous

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

23 Lentejas ecológicas a la jardinera (sin judía verde)

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur (natural/plátano)

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

25 Sopa de cocido con fideos

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

27 Arroz huertano (sin judía verde)

Salmón con salsa de puerros y calabacín salteado

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur (natural/plátano)



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

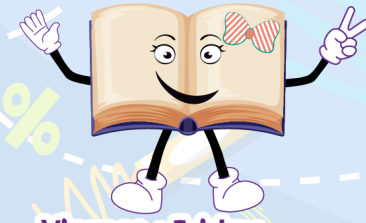
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN PEZ GALLO, SIN LENGUADO, SIN RODABALLO, SIN PLATIJA



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 *Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún*

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 *Judías verdes rehogadas con jamón*

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 *Garbanzos salteados con chorizo*

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 *Crema templada de calabaza ecológica*

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 *Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)*

Bacalao al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 *Crema de verduras de temporada*

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 *Guisantes salteados con cebolla y pavo*

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 *Coliflor ecológica al orly casero*

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 *Guiso de alubias ecológicas con hortalizas*

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 *Patatas con verduras*

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 *Lentejas ecológicas a la jardinera*

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 *Macarrones integrales al pomodoro con pavo*

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 *Sopa de cocido con fideos*

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 *Puré de calabacín y queso*

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 *Arroz huertano*

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 *Crema de zanahoria*

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



*** La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.**

*** Se servirá leche como complemento al menú todos los días.**

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN CACAHUETE, SIN LECHE CRUDA, SIN MELÓN, SIN FRUTAS CON PELO, SIN PESCADO AZUL, SIN GAMBAS



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur (no macedonia)

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada (excepto no permitidas)

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur (no macedonia)

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada (excepto no permitidas)

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada (excepto no permitidas)

20 Patatas con verduras

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

23 Lentejas ecológicas a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur (no macedonia)

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

25 Sopa de cocido con fideos

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada (excepto no permitidas)

27 Arroz huertano

Lenguado con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada (excepto no permitidas)

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur (no macedonia)



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

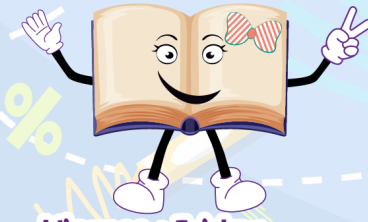
SEPTIEMBRE SEPTEMBER

2024

MENÚ LTP, SIN FRUTOS SECOS, SIN CACAHUETE, SIN MELOCOTÓN, SIN FRESA, SIN ALBARICOQUE, SIN CIRUELA, SIN KIWI, SIN PIÑA, SIN MANDARINA, SIN MELÓN, SIN UVA, SIN NARANJA, SIN GARBANZOS, SIN JUDÍAS, SIN LENTEJAS, SIN JUDÍAS VERDES, SIN SOJA, SIN GUISANTES, SIN PALOMITAS DE MAÍZ



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis (sin soja) con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas caseras de pollo en salsa con zanahoria salteada

Pan y yogur (natural/plátano)

10 Acelgas rehogadas

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y yogur (natural/plátano)

11 Patatas guisadas con verduras (SLG)

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y yogur (natural/plátano)

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y yogur (natural/plátano)

13 Arroz tres delicias (huevo, maíz y zanahoria)

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y yogur (natural/plátano)

16 Crema de verduras de temporada (SLG)

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur (natural/plátano)

17 Pasta salteada con verduras (SLG)

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y yogur (natural/plátano)

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y yogur (natural/plátano)

19 Crema de hortalizas (SLG)

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y yogur (natural/plátano)

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y yogur (natural/plátano)

23 Guiso de patatas con verduras (SLG)

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur (natural/plátano)

24 Macarrones (sin soja) al pomodoro con pavo

Huevos revueltos y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y yogur (natural/plátano)

25 Sopa de fideos (sin soja)

Zanahoria, patata, chorizo y ternera

Pan y yogur (natural/plátano)

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa casera de pollo con arroz amarillo

Pan integral y yogur (natural/plátano)

27 Arroz huertano (SLG)

Salmón con salsa de puerros y calabacín salteado

Pan y yogur (natural/plátano)

30 Crema de zanahoria

Filete de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur (natural/plátano)



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

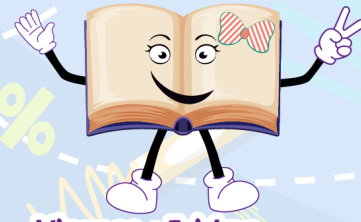
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN LEGUMBRES



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 **Espaguetis (sin soja) con salsa de tomate casera y atún**

Albóndigas caseras de pollo en salsa con zanahoria salteada

Pan y yogur

10 **Acelgas rehogadas**

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 **Patatas guisadas con verduras (SLG)**

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 **Crema templada de calabaza ecológica**

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 **Arroz tres delicias (huevo, maíz y zanahoria)**

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 **Crema de verduras de temporada (SLG)**

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 **Pasta salteada con verduras (SLG)**

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 **Coliflor ecológica al orly casero**

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 **Crema de hortalizas (SLG)**

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 **Patatas a la marinera**

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 **Guiso de patatas con verduras (SLG)**

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 **Macarrones (sin soja) al pomodoro**

Huevos revueltos y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 **Sopa de fideos (sin soja)**

Zanahoria, patata, chorizo y ternera

Pan y fruta de temporada

26 **Puré de calabacín y queso**

Hamburguesa casera de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 **Arroz huertano (SLG)**

Salmón con salsa de puerros y calabacín salteado

Pan y fruta de temporada

30 **Crema de zanahoria**

Filete de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



*La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

*Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

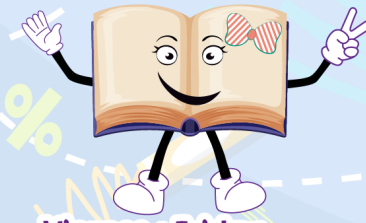
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN GLUTEN, SIN LACTOSA



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis (SG) con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas caseras de pollo (SG) en salsa con verduritas

Pan (SG) y yogur (SL)

10 Judías verdes rehogadas

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan (SG) y fruta de temporada

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza (SG) con pisto de verduras ecológico

Pan (SG) y fruta de temporada

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan (SG) y fruta de temporada

13 Arroz tres delicias (huevo, maíz y zanahoria)

Lengüado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan (SG) y fruta de temporada

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan (SG) y yogur (SL)

17 Guisantes salteados con cebolla

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan (SG) y fruta ecológica de temporada

18 Coliflor ecológica rehogada

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan (SG) y fruta de temporada

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con arroz salteado

Pan (SG) y fruta de temporada

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan (SG) y fruta de temporada

23 Lentejas ecológicas (STG) a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan (SG) y yogur (SL)

24 Macarrones (SG) al pomodoro

Huevos revueltos y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan (SG) y fruta de temporada

25 Sopa de cocido con fideos (SG)

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan (SG) y fruta de temporada

26 Puré de calabacín

Hamburguesa casera de pollo (SG) con arroz amarillo

Pan (SG) y fruta de temporada

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan (SG) y fruta de temporada

30 Crema de zanahoria

Filete de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan (SG) y yogur (SL)



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

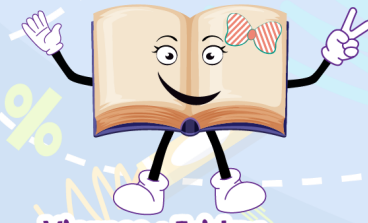
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN FRUTOS SECOS



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas en salsa con verduritas

Pan y yogur

10 Judías verdes rehogadas con jamón

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 Garbanzos salteados con chorizo

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 Crema templada de calabaza ecológica

Lomo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lengüado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 Crema de verduras de temporada

Lacón al horno con pimentón y arroz rehogado

Pan y yogur

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Lasaña de carne (ternera y cerdo) con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 Lentejas ecológicas a la jardinera

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos con bacon y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 Sopa de cocido con fideos

Cocido madrileño completo (garbanzos ecológicos, zanahoria, ternera y chorizo)

Pan y fruta de temporada

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN CERDO



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 **Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún**

Albóndigas caseras de pollo en salsa con verduras

Pan y yogur

10 **Judías verdes rehogadas**

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 **Garbanzos salteados con verduras**

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 **Crema templada de calabaza ecológica**

Pollo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 **Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)**

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 **Crema de verduras de temporada**

Pavo al ajillo y arroz rehogado

Pan y yogur

17 **Guisantes salteados con cebolla y pavo**

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 **Coliflor ecológica al orly casero**

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 **Guiso de alubias ecológicas con hortalizas**

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 **Patatas a la marinera**

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 **Lentejas ecológicas estofadas con verduras**

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 **Macarrones integrales al pomodoro con pavo**

Huevos revueltos y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 **Sopa de fideos**

Garbanzos, zanahoria, patata y ternera

Pan y fruta de temporada

26 **Puré de calabacín y queso**

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 **Arroz huertano**

Salmón con salsa de puerros y verduras

Pan y fruta de temporada

30 **Crema de zanahoria**

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



*La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

*Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN CERDO, SIN FRUTOS SECOS



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún

Albóndigas caseras de pollo en salsa con verduras

Pan y yogur

10 Judías verdes rehogadas

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 Garbanzos salteados con verduritas

Merluza a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 Crema templada de calabaza ecológica

Pollo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 Crema de verduras de temporada

Pavo al ajillo y arroz rehogado

Pan y yogur

17 Guisantes salteados con cebolla y pavo

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 Coliflor ecológica al orly casero

Bacalao a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 Guiso de alubias ecológicas con hortalizas

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 Patatas a la marinera

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 Lentejas ecológicas estofadas con verduras

Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 Macarrones integrales al pomodoro con pavo

Huevos revueltos y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 Sopa de fideos

Garbanzos, zanahoria, patata y ternera

Pan y fruta de temporada

26 Puré de calabacín y queso

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 Arroz huertano

Salmón con salsa de puerros y verduritas

Pan y fruta de temporada

30 Crema de zanahoria

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

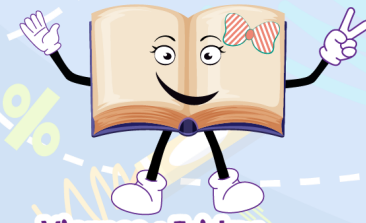
Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)

**SEPTIEMBRE
SEPTEMBER**
2024

MENÚ SIN CERDO, SIN MARISCO



VUELTA AL COLE



Lunes * Monday

Martes * Tuesday

Miércoles * Wednesday

Jueves * Thursday

Viernes * Friday

9 **Espaguetis integrales con salsa de tomate casera y atún**

Albóndigas caseras de pollo en salsa con verduras

Pan y yogur

10 **Judías verdes rehogadas**

Tortilla española con ensalada de lechuga, maíz y aceitunas

Pan y fruta de temporada

11 **Garbanzos salteados con verduras**

Abadejo a la andaluza con pisto de verduras ecológico

Pan y fruta de temporada

12 **Crema templada de calabaza ecológica**

Pollo asado con patatas dado

Pan integral y fruta de temporada

13 **Arroz tres delicias (pavo, maíz y zanahoria)**

Lenguado al pil pil casero con ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha

Pan y fruta de temporada

16 **Crema de verduras de temporada**

Pavo al ajillo y arroz rehogado

Pan y yogur

17 **Guisantes salteados con cebolla y pavo**

Filete de pollo con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz

Pan y fruta ecológica de temporada

18 **Coliflor ecológica al orly casero**

Abadejo a la portuguesa con patatas panaderas

Pan y fruta de temporada

19 **Guiso de alubias ecológicas con hortalizas**

Pollo en salsa con cous cous

Pan integral y fruta de temporada

20 **Patatas guisadas con verduras**

Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria

Pan y fruta de temporada

23 **Lentejas ecológicas estofadas con verduras**

Abadejo a la vizcaína con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria

Pan y yogur

24 **Macarrones integrales al pomodoro con pavo**

Huevos revueltos y ensalada de lechuga, tomate y maíz

Pan y fruta de temporada

25 **Sopa de fideos**

Garbanzos, zanahoria, patata y ternera

Pan y fruta de temporada

26 **Puré de calabacín y queso**

Hamburguesa de pollo con arroz amarillo

Pan integral y fruta de temporada

27 **Arroz huertano**

Lenguado con salsa de puerros y verduras

Pan y fruta de temporada

30 **Crema de zanahoria**

Salchichas de pavo con tomate y arroz rehogado

Pan y yogur



* La fruta indicada diariamente puede variar si el punto de maduración no es adecuado para su consumo.

* Se servirá leche como complemento al menú todos los días.

Según se establece en el reglamento 1169/2011 (Información Alimentaria), se deberá informar al consumidor sobre posibles alérgenos presentes en los alimentos elaborados. Dicha información queda reflejada en los menús específicos de alergias e intolerancias alimentarias. Sin gluten (SG) - Sin trazas de gluten (STG) - Sin lactosa (SL) Sin trazas de leche (STL) Sin huevo (SH) - Sin trazas de huevo (STH) - Sin leguminosas (SLG)