

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - OCTUBRE 2023

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas <b>ECO</b> Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Fruta y <b>leche</b> (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal) Empanada casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Fruta de temporada y postre <b>lácteo</b> (7)
kcal 720 Lip 20,1 Prot 51,0 HdC 84	kcal 618 Lip 31,7 Prot 25,0 HdC 58	kcal 649 Lip 28,9 Prot 14,7 HdC 83	kcal 673 Lip 20,3 Prot 25,2 HdC 98	kcal 671 Lip 24,5 Prot 37,8 HdC 75
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y <b>leche</b> (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Judías blancas <b>ECO</b> a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12) Fruta de temporada y pan integral	<b>FESTIVO</b>	<b>NO LECTIVO</b>
kcal 715 Lip 25,1 Prot 36,9 HdC 110	kcal 611 Lip 15,6 Prot 20,4 HdC 97	kcal 665 Lip 23,5 Prot 51,5 HdC 62		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas <b>ECO</b> estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y <b>leche</b> (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, <b>fideos ECO</b> ) (1,3,6,10) Complemento del cocido: <b>garbanzos ECO</b> , repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla) Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Fruta de temporada y postre <b>lácteo</b> (7)
kcal 674 Lip 20,6 Prot 41,4 HdC 81	kcal 654 Lip 11,8 Prot 24,0 HdC 63	kcal 685 Lip 27,9 Prot 31,6 HdC 102	kcal 627 Lip 22,0 Prot 44,1 HdC 63	kcal 723 Lip 15,2 Prot 45,5 HdC 101
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verduras (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y <b>leche</b> (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Fruta de temporada y postre <b>lácteo</b> (7)
kcal 706 Lip 28,7 Prot 35,1 HdC 77	kcal 684 Lip 28,7 Prot 30,8 HdC 101	kcal 638 Lip 28,4 Prot 26,6 HdC 69	kcal 662 Lip 16,0 Prot 32,7 HdC 47	kcal 614 Lip 17,8 Prot 18,1 HdC 95
30	31			
Lentejas <b>ECO</b> Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevo cocidos con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y <b>leche</b> (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada			
kcal 693 Lip 20,0 Prot 56,7 HdC 71	kcal 662 Lip 24,1 Prot 35,3 HdC 76			

Energía expresada en kcal y macronutrientes en gramos. Valoración realizada para la franja de edad de entre 6-9 años.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
Gluten	Ovo	Lacteos	Huevos	Pescado	Casosnate	Sajo	Leche	Frutos	Abjo	Mostaza	Sésamo	Sulfuros	Atrromucos	Moluscos



grupo\_servicatering

# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - OCTUBRE 2023

Menú sin fruta

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Postre lácteo (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Postre lácteo (7)	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal) Empanada casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Postre lácteo (7)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Postre lácteo (7)	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Postre lácteo (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Postre lácteo (7)	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12) Postre lácteo (7)		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Postre lácteo (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Postre lácteo (7)	Sopa (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos sin alérgenos) Ternera con patata y zanahoria Postre lácteo (7)	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Postre lácteo (7)	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla) Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verduras (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Postre lácteo (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Postre lácteo (7)	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Postre lácteo (7)	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Postre lácteo (7)	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevo cocidos con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Postre lácteo (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Postre lácteo (7)			












## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos Secos	Apo	Miel	Sésamo	Sulfatos	Almendra	Moluscos



# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - OCTUBRE 2023 Menú sin huevo

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate)  <u>Lacón al horno con ensalada variada</u>  Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)  Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE  Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)   <u>Taquitos de caella con pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (4)</u>  Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)  Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)  Fruta de temporada	<u>Fideuá (pasta sin alérgenos) hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla)</u>  Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4)  Fruta de temporada y postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)  Magro de cerdo guisado con tomate (casero)  Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12)  Bacalao al horno con refrito de ajo y <u>pasta sin alérgenos salteada (4)</u>  Fruta de temporada 	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)  <u>Filete de pollo con ensalada</u>   Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)  <u>Salchichas de pavo c/ens. Lechuga (6)</u>   Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)  <u>Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (4; pasta sin alérgenos)</u>  Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, <u>fideos sin alérgenos</u> )  Complemento del cocido: <u>garbanzos ECO</u> , repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)   Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1)  Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)  Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)  Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)   Fruta de temporada y postre lácteo (7)
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verduras (12)  Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada  Fruta y leche (7)	<u>Pasta sin alérgenos a la carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (7)</u>  Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)   Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos  Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas  Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)  <u>Guiso de pavo con champiñones</u>  Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12)  Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4)  Fruta de temporada y postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)  <u>Cinta de lomo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate)</u>  Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla  Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)  Fruta de temporada			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...
































### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos Secos	Apo	Miel	Sésamo	Sulfatos	Almendra	Moluscos



# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - OCTUBRE 2023 *Menú sin lactosa*

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas <b>ECO</b> Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con ensalada (3) Fruta y leche sin lactosa/bebida de soja (7,6)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  Empanada casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burguer meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Fruta de temporada y Postre de soja (6)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche sin lactosa/bebida de soja (7,6)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)  Fruta de temporada	Judías blancas <b>ECO</b> a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas <b>ECO</b> estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos revueltos con ens. Lechuga  Fruta y leche sin lactosa/bebida de soja (7,6)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos <b>ECO</b> ) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos <b>ECO</b> , repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)  Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla) Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (14)  Fruta de temporada y Postre de soja (6)
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verduras (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche sin lactosa/bebida de soja (7,6)	<u>Espaguetis salteados con bacon y pimienta negra (1,3,6,10)</u> Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)  Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Fruta de temporada y Postre de soja (6)
30	31	     		
Lentejas <b>ECO</b> Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevo cocidos con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche sin lactosa/bebida de soja (7,6)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero con caldo de verduras (12) Fruta de temporada	<div style="text-align: right;"> <b>DECLARACIÓN DE ALERGENOS</b>                 <small>lácteos</small> </div>		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

 grupo\_servicatering



# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - OCTUBRE 2023

Menú sin carne

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

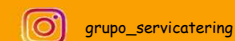
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p><u>Lentejas ECO</u> Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate)</p> <p>Tortilla francesa con loncha de queso (3,7)</p> <p>Fruta y <b>leche</b> (7)</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p><u>Pescadilla al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</u> (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Empanada casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p><u>Tortilla francesa con gajos de tomate aderezados con orégano</u> (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10)</p> <p>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4)</p> <p>Fruta de temporada y postre <b>lácteo</b> (7)</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p><u>Arroz Dos Delicias</u> (salteado con zanahoria, maíz)</p> <p><u>Merluza al horno con ensalada</u> (4)</p> <p>Fruta y <b>leche</b> (7)</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Judías blancas ECO</u> a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)</p> <p>Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>NO LECTIVO</b></p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
<p><u>Lentejas ECO</u> estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p>Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14)</p> <p>Fruta y <b>leche</b> (7)</p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Sopa de fideos en caldo de verduras</u> (1,3,6,10)</p> <p><u>Garbanzos con verduras</u> (12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p><u>Pescadilla en salsa de verduras con patatas dado</u> (4,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)</p> <p>Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)</p> <p>Fruta de temporada y postre <b>lácteo</b> (7)</p>
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas guisadas con verduras (12)</p> <p><u>Huevos revueltos c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</u> (3)</p> <p>Fruta y <b>leche</b> (7)</p>	<p><u>Espaguetis salteados con nata y pimienta negra</u> (1,3,6,7,10)</p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p><u>Pescadilla a las finas hierbas con patatas panaderas</u> (4)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p>Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4)</p> <p>Fruta de temporada y postre <b>lácteo</b> (7)</p>
30	31			
<p><u>Lentejas ECO</u> Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p>Huevo cocidos con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3)</p> <p>Fruta y <b>leche</b> (7)</p>	<p>Guisantes rehogados con cebolla</p> <p><u>Bacalao al horno con patata asada</u> (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...


















## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos	Apo	Nueces	Sésamo	Sulfuro	Almendra	Moluscos



# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - OCTUBRE 2023 *Menú sin carne de cerdo*

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  Empanada casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burguer meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Salchichas de pavo guisado con tomate (casero) (6) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Fruta de temporada 	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)  Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento: <u>arbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave (12)</u>  Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)  Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verduras (12) Huevos revueltos c/ens.de lechuga y zanahoria rallada (3) Fruta y leche (7)	Espaquetis con nata y pimienta negra (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)  Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
30	31	     		
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevo cocidos con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada	<div style="text-align: right;"> <b>DECLARACIÓN DE ALERGENOS</b>              1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14              Gluten Crustáceos Huesos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ácido Lácteo Alérgicos Sésamo Sulfatos Alérgicos Mieláceos         </div>		
















Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

 grupo\_servicatering




# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - OCTUBRE 2023 *Menú sin garbanzos*

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  Empanada casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)  Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)  Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos sin alérgenos) Ternera con patata y zanahoria  Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla) Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)  Fruta de temporada y postre lácteo (7)
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verduras (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)  Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Fruta de temporada y postre lácteo (7)
30	31	     		
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevo cocidos con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada	<p><b>DECLARACIÓN DE ALERGENOS</b></p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14</p> <p>Gluten Crustáceos Huesos Pescado Cacahuate Soja Leche Frutos Ácido Lácteo Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Alérgenos Mieláceos</p>		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

 grupo\_servicatering



# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - OCTUBRE 2023

Menú sin fruta

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p><u>Pasta sin alérgenos salteada al aglio e olio</u></p> <p>Tortilla francesa con loncha de queso (3,7)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Empanada casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10)</p> <p>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4)</p> <p>Fruta de temporada y postre <b>lácteo (7)</b></p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)</p> <p>Magro de cerdo guisado con tomate (casero)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías blancas <b>ECO</b> a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)</p> <p>Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>NO LECTIVO</b></p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
<p><u>Pasta sin alérgenos con salsa de tomate casera</u></p> <p>Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Sopa (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos sin alérgenos)</u></p> <p>Ternera con patata y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)</p> <p>Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)</p> <p>Fruta de temporada y postre <b>lácteo (7)</b></p>
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas guisadas con verduras (12)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10)</p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p>Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4)</p> <p>Fruta de temporada y postre <b>lácteo (7)</b></p>
30	31			
<p><u>Patatas guisadas a la hortelana (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</u></p> <p>Huevo cocidos con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Guisantes rehogados con cebolla</p> <p>Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>			



## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos	Apo	Miel	Sésamo	Sulfatos	Almendra	Moluscos



grupo\_servicatering







# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - OCTUBRE 2023

Menú sin judías

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Postre lácteo (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Postre lácteo (7)	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal) Empanada casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Postre lácteo (7)	Patatas quisadas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, sofrito) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Postre lácteo (7)	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) (sin judías verdes) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Postre lácteo (7)	Puré de verduras naturales (12) (sin judías verdes) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Postre lácteo (7)	Brócoli rehogado Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12) Postre lácteo (7)		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Postre lácteo (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Postre lácteo (7)	Sopa (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos sin alérgenos) Ternera con patata y zanahoria Postre lácteo (7)	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Postre lácteo (7)	Arroz caldoso con verduras (zanahoria, puerro, cebolla) (sin judías verdes) Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas quisadas con verduras (12) (sin judías verdes) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Postre lácteo (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Postre lácteo (7)	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Postre lácteo (7)	Arroz integral con tomate Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Postre lácteo (7)	Puré de verduras naturales (12) (sin judías verdes) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevo cocidos con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Postre lácteo (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Postre lácteo (7)			



## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos	Apo	Miel	Sésamo	Sulfatos	Almendra	Moluscos



grupo\_servicatering



# CEIP MIGUEL DE CERVANTES - OCTUBRE 2023

Menú sin pimiento

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p><u>Lentejas ECO Campesinas (12)</u> (zanahoria, cebolla, tomate) (sin pimiento)</p> <p>Tortilla francesa con loncha de queso (3,7)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Empanada casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p><u>Judías pintas estofadas a la hortelana</u> (zanahoria, tomate natural, cebolla, ajo) (sin pimiento)</p> <p>Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, cebolla) (1,3,6,10) (sin pimiento)</p> <p>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4)</p> <p>Fruta de temporada y postre lácteo (7)</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)</p> <p>Magro de cerdo guisado con tomate (casero)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Judías blancas ECO a la hortelana</u> (zanahoria, cebolla, tomate) (12) (sin pimiento)</p> <p>Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>NO LECTIVO</b></p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
<p><u>Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)</u> (zanahoria, cebolla, tomate, ajo, laurel) (sin pimiento)</p> <p>Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Filete de rape al horno con cous-cous (1,3,4,6,10)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)</p> <p>Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al horno con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)</p> <p>Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)</p> <p>Fruta de temporada y postre lácteo (7)</p>
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p><u>Patatas guisadas con verduras (12)</u> (sin pimiento)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10)</p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p><u>Judías pintas estofadas a la hortelana</u> (zanahoria, tomate natural, cebolla, ajo) (sin pimiento)</p> <p>Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p>Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4)</p> <p>Fruta de temporada y postre lácteo (7)</p>
30	31			
<p><u>Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)</u> (zanahoria, cebolla, tomate, ajo, laurel) (sin pimiento)</p> <p>Huevo cocidos con daditos de calabacín (3)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Guisantes rehogados con cebolla</p> <p>Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahete	Soja	Leche	Frutos Secos	Apo	Miel	Sésamo	Sulfuro	Almendra	Moluscos



grupo\_servicatering

