

MENU ESCOLAR OCTUBRE 2020

			01/10/2020	02/10/2020
			Sopa de fideos (MI) Filete de merluza en salsa (MI) Guisantes rehogadas (MI) Fruta natural (MI) Agua y Pan blanco (MI)	Paella arroz con verduras y pollo(MI) Queso fresco (MI) Ensalada de lechuga y zanahoria (MI) Yogur (MI) Agua y Pan blanco (MI)
05/10/2020	06/10/2020	07/10/2020	08/10/2020	09/10/2020
Lentejas Guisadas con verduras (MI) Tortilla de espinacas (MI) Ensalada de lechuga y tomate (MI) Fruta natural (MI) Agua y Pan blanco (MI)	Arroz Blanco Filete de Merluza con tomate (MI) Guisantes rehogadas (MI) Yogur (MI) Agua y Pan blanco (MI)	Patatas guisadas con zanahoria (MI) Pollo en salsa (MI) Verduras Variadas (MI) Fruta natural (MI) Agua y Pan blanco (MI)	Crema de calabacín y patata (MI) Ragout de Ternera guisada (MI) Champiñon Rehogado(MI) Fruta natural (MI) Agua y Pan blanco (MI)	Sopa de Cocido (MI) Cocido Completo (MI) Fruta natural (MI) Agua y Pan blanco (MI)
12/10/2020	13/10/2020	14/10/2020	15/10/2020	16/10/2020
DIA FESTIVO	Paella arroz con verduras y pollo(MI) Caballa en aceite (conserva) (MI) Ensalada de rodajas de tomate (MI) Fruta natural (MI) Agua y Pan blanco (MI)	Crema de coliflor y patata (MI) Estofado de pavo en salsa (MI) Zanahorias Rehogadas (MI) Fruta natural (MI) Agua y Pan blanco (MI)	Garbanzos guisados con verduras (MI) Huevos cocidos con tomate (MI) Verduras variadas rehogadas (MI) Fruta natural (MI) Agua y Pan blanco (MI)	Judias verdes rehogadas (MI) Filete de merluza en salsa (MI) Guisantes rehogados (MI) Yogur (MI) Agua y Pan blanco (MI)
19/10/2020	20/10/2020	21/10/2020	22/10/2020	23/10/2020
Crema de mijo y calabaza (MI) Pollo salsa con cebolla y manzana (MI) Patatas a la panadera (MI) Fruta natural (MI) Agua y Pan blanco (MI)	Sopa de fideos (MI) Filete de bacalao con tomate (MI) Guisantes rehogados (MI) Yogur (MI) Agua y pan blanco (MI)	Lentejas Guisadas con verduras (MI) Queso fresco (MI) Ensalada de lechuga y zanahoria (MI) Fruta natural (MI) Agua y pan blanco (MI)	Patatas guisadas con zanahoria (MI) Carne Picada de Ternera (MI) Champiñon Rehogado(MI) Fruta natural (MI) Agua y pan blanco (MI)	Coditos guisados con pollo Tortilla de espinacas (MI) Ensalada rodajas de tomate (MI) Fruta natural (MI) Agua y pan blanco (MI)
26/10/2020	27/10/2020	29/10/2020	29/10/2020	30/10/2020
Macarrones con tomate (MI) Carne Picada de Ternera (MI) Champiñon rehogado (MI) Yogur (MI) Agua y Pan blanco (MI)	Patatas con brócoli (MI) Filete de merluza en salsa (MI) Guisantes rehogados (MI) Fruta natural (MI) Agua y pan blanco (MI)	Fideua guisada con pollo Tortilla francesa (MI) Ensalada de lechuga y tomate (MI) Fruta natural (MI) Agua y pan blanco (MI)	Garbanzos guisados con verduras (MI) Sardinas en aceite (conserva) (MI) Ensalada rodajas de tomate (MI) Fruta natural (MI) Agua y Pan blanco (MI)	Judias verdes rehogadas (MI) Pollo salsa con cebolla y manzana (MI) Patatas a la panadera (MI) Yogur (MI) Agua y Pan blanco (MI)

Existe informacion de alergenicos disponible en la Secretaria del Centro.

El aceite utilizado en la elaboracion del 100% de nuestro Menu es aceite de oliva virgen extra.

El yogur en los dias de postre es de sabor natural, sin edulcorantes saborizantes ni colorantes artificiales.

Los huevos y la legumbre utilizados en la elaboracion de nuestros platos son de origen ecologico con su correspondiente certificado de conformidad.

DICHO MENU ESTA APROBADO Y SUPERVISADO POR EL SERVICIO DE ASESORAMIENTO NUTRICIONAL DEL MENU ESCOLAR DE LA COMUNIDAD DE MADRID

MENU NIÑOS Y NIÑAS. 6-18 MESES. OCTUBRE 2020

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
			1	2
			Pure Verdura Pescado Trocitos de Pescado Fruta pasada o entera	Pure Verdura Pollo Trocitos de Pollo Yogur Natural
5	6	7	8	9
Pure Verdura Pavo Trocitos Pavo Fruta pasada o entera	Pure Verdura Pescado Trocitos de Pescado Yogur Natural	Pure Verdura Pollo Trocitos de Pollo Fruta pasada o entera	Pure Verdura Carne Trocitos de Carne Fruta pasada o entera	Pure Verdura Pollo Trocitos de Pollo Fruta pasada o entera
12	13	14	15	16
DIA FESTIVO	Pure Verdura Pollo Trocitos de Pollo Fruta pasada o entera	Pure Verdura Pavo Trocitos Pavo Fruta pasada o entera	Pure Verdura Carne Trocitos de Carne Fruta pasada o entera	Pure Verdura Pescado Trocitos de Pescado Yogur Natural
19	20	21	22	23
Pure Verdura Pollo Trocitos de Pollo Fruta pasada o entera	Pure Verdura Pescado Trocitos de Pescado Yogur Natural	Pure Verdura Pavo Trocitos Pavo Fruta pasada o entera	Pure Verdura Carne Trocitos de Carne Fruta pasada o entera	Pure Verdura Pollo Trocitos de Pollo Fruta pasada o entera
26	27	29	29	30
Pure Verdura Carne Trocitos de Carne Yogur Natural	Pure Verdura Pescado Trocitos de Pescado Fruta pasada o entera	Pure Verdura Pollo Trocitos de Pollo Fruta pasada o entera	Pure Verdura Pavo Trocitos Pavo Fruta pasada o entera	Pure Verdura Pollo Trocitos de Pollo Yogur Natural

Existe informacion de alergenos disponible en la Secretaria del Centro

El aceite utilizado en la elaboracion del 100% de nuestro Menu es aceite de oliva virgen extra.

El yogur en los dias de postre es de sabor natural, sin edulcorantes saborizantes ni colorantes artificiales.