MENÚ ENERO 2023- Nursery 1

	COMIDA	APORTE CALÓRICO	MERIENDA		COMIDA	APORTE CALÓRICO	MERIENDA
Lunes 2	Puré de verdura con pescado/Menú infantil. Yogur.	300 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.	Viernes 20	Puré de verdura con ternera/Menú infantil. Yogur.	275 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 8	Papilla de fruta o merienda infantil.
Martes 3	Puré de verdura. con huevo/Menú infantil. Yogur.	250 Kcal HC: 36 Pt: 13 Lip: 14	Papilla de fruta o merienda infantil.	Lunes 23	Puré de verdura con huevo/Menú infantil. Yogur.	250 Kcal HC: 36 Pt: 13 Lip: 14	Papilla de fruta o merienda infantil.
Miércoles 4	Puré de verdura. con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC:36 Pt: 18 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.	Martes 24	Puré de verdura con pescado/Menú infantil. Yogur.	300 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.
Lunes 9	Puré de verdura con pescado/Menú infantil. Yogur.	300 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.	Miércoles 25	Puré de verdura. con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC: 36 Pt: 18 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.
Martes 10	Puré de verdura con ternera/Menú infantil. Yogur.	275 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 8	Papilla de fruta o merienda infantil.	Jueves 26	Puré de verdura con huevo/Menú infantil. Yogur.	250 Kcal HC: 36 Pt: 13 Lip: 14	Papilla de fruta o merienda infantil.
Miércoles 11	Puré de verdura. con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC:36 Pt: 18 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.	Viernes 27	Puré de verdura con ternera/Menú infantil. Yogur.	275 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 8	Papilla de fruta o merienda infantil.
Jueves 12	Puré de verdura. con huevo/Menú infantil. Yogur.	250 Kcal HC: 36 Pt: 13 Lip: 14	Papilla de fruta o merienda infantil.	Lunes 30	Puré de verdura con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC: 36 Pt: 18 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.
Viernes 13	Puré de verdura. con ternera/Menú infantil. Yogur.	275 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 8	Papilla de fruta o merienda infantil.	Martes 31	Puré de verdura con huevo/Menú infantil. Yogur.	250 Kcal HC: 36 Pt: 13 Lip: 14	Papilla de fruta o merienda infantil.
Lunes 16	Puré de verdura. con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC: 36 Pt: 18 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.				
Martes 17	Puré de verdura con huevo/Menú infantil. Yogur.	250 Kcal HC: 36 Pt: 13 Lip: 14	Papilla de fruta o merienda infantil.				
Miércoles 18	Puré de verdura con pollo/Menú infantil. Yogur.	309 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.				
Jueves 19	Puré de verdura con pescado/Menú infantil. Yogur.	300 Kcal HC: 36 Pt: 14 Lip: 11	Papilla de fruta o merienda infantil.				

*MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIA/INTOLERANCIA

*** INTOLERANCIA AL GLUTEN:**	Pasta especial sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.
*** ALERGIA AL PESCADO Y/O MARISCO:**	Sustitución por pollo, cerdo o ternera. 1ºs platos libres de pescado y/o marisco.
*** ALERGIA A PROTEÍNA LECHE DE VACA:**	Alimentos o productos libres de PLV.
*** ALERGIA A HUEVO:**	Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo.
*** ALERGIA A FRUTOS SECOS:**	Elaboración de los alimentos sin ningún fruto seco.
*** ALERGIA A SOJA:**	Elaboración de los alimentos sin soja.

MENÚ ENERO 2023- Nursery 2-Infantil (3-5 años)

	COMIDA	MERIENDA	CENA		COMIDA	MERIENDA	CENA
Lunes 2	Arroz con verduras. Salchichas de pollo al horno. Fruta.	Fruta y leche.	Verdura. Pescado. Fruta.	Viernes 20	Crema de verduras. Ragout de ternera con champiñón. Yogur.	Leche con galletas.	Verdura. Tortilla. Fruta.
Martes 3	Pasta con tomate. Merluza en salsa verde con guisantes. Yogur.	Fruta y leche.	Sopa de verduras. Tortilla. fruta.	Lunes 23	Fideuá de verduras. Empanadillas de atún con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Sopa. Pescado. Fruta.
Miércoles 4	Puré de verduras. Albóndigas en salsa con patatas fritas. Fruta.	Fruta y leche.	Verdura. Pescado. Fruta.	Martes 24	Lentejas estofadas con verduras. Ragout de pavo con pisto. Fruta.	Fruta y leche.	Sándwich vegetal. Pescado. Fruta.
Lunes 9	Judías verdes con patata. Merluza a la romana con ensalada Fruta.	Fruta y leche.	Lasaña de verduras. Fruta.	Miércoles 25	Patatas estofadas con pollo adobado. Tortilla francesa con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Ensalada de tomate y maíz. Pollo. Fruta.
Martes 10	Arroz con alcachofas. Tortilla francesa con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Verdura. Pescado. Natillas.	Jueves 26	Sopa de ave con fideos. Merluza al horno con pimientos asados. Fruta en su jugo (sin azúcar añadido).	Fruta y leche.	Verdura. Pescado. Yogur.
Miércoles 11	Pasta con chorizo. Merluza a la gallega con patata panadera. Yogur.	Fruta y leche.	Verdura. Pollo. Fruta.	Viernes 27	Judías verdes con tomate. Albóndigas a la jardinera. Yogur.	Leche con galletas.	Lasaña de verduras. Fruta.
Jueves 12	Crema de calabaza. Magro en salsa con arroz. Fruta.	Fruta y leche.	Sopa. Pescado. Fruta.	Lunes 30	Pasta salteada con calabacín. Merluza a la romana con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Empanada. Pavo. Fruta.
Viernes 13	Lentejas estofadas con verduras. Ragout de pollo al ajillo con zanahoria baby. Fruta en su jugo (sin azúcar añadido).	Leche con galletas.	Verdura. Tortilla. Fruta.	Martes 31	Arroz con alcachofas. Tortilla de patata con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Sopa. Pescado. Fruta.
Lunes 16	Pasta con calabacín y tomate. Albóndigas en salsa con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Ensalada de tomate y maíz. Pescado. Yogur.				
Martes 17	Garbanzos estofados con verduras. Tortilla de patata con ensalada. Fruta.	Fruta y leche.	Verdura. Hamburguesa. Fruta.				
Miércoles 18	Crema de verduras. Salchichas de pollo al horno. Fruta.	Fruta y leche.	Sopa. Pescado. Macedonia.				
Jueves 19	Arroz con tomate. Merluza en salsa verde con guisantes. Fruta en su jugo (sin azúcar añadido).	Fruta y leche.	Ensalada. Empanada. Fruta.				

*MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIA/INTOLERANCIA	
*** INTOLERANCIA AL GLUTEN:**	Pasta especial sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.
*** ALERGIA AL PESCADO Y/O MARISCO:**	Sustitución por pollo, cerdo o ternera. 1ºs platos libres de pescado y/o marisco.
*** ALERGIA A PROTEÍNA LECHE DE VACA:**	Alimentos o productos libres de PLV.
*** ALERGIA A HUEVO:**	Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo.
*** ALERGIA A FRUTOS SECOS:**	Elaboración de los alimentos sin ningún fruto seco.
*** ALERGIA A SOJA:**	Elaboración de los alimentos sin soja.

MENÚ ENERO 2023 PRIMARIA, SECUNDARIA Y BACHILLERATO

	COMIDA	CENA		COMIDA	CENA
Lunes 2	DÍA NO LECTIVO		Viernes 20	Ensaladilla rusa. Ragout de ternera con champiñón. Yogur.	Verdura. Tortilla. Fruta.
Martes 3	DÍA NO LECTIVO		Lunes 23	Fideuá de verduras. Empanadillas de atún con ensalada. Fruta.	Sopa. Pescado. Fruta.
Miércoles 4	DÍA NO LECTIVO		Martes 24	Lentejas estofadas con verduras. Ragout de pavo con pisto. Fruta.	Sándwich vegetal. Pescado. Fruta.
Lunes 9	Judías verdes con patata. Merluza a la romana con ensalada Fruta.	Lasaña de verduras. Fruta.	Miércoles 25	Patatas estofadas con pollo adobado. Tortilla francesa con ensalada. Fruta.	Ensalada de tomate y maíz. Pollo. Fruta.
Martes 10	Arroz con alcachofas. Tortilla francesa con ensalada. Fruta.	Verdura. Pescado. Natillas.	Jueves 26	Sopa de ave con fideos. Merluza al horno con pimientos asados. Fruta en su jugo (sin azúcar añadido).	Verdura. Pescado. Yogur.
Miércoles 11	Pasta con chorizo. Bacalao a la gallega con patata panadera. Yogur.	Verdura. Pollo. Fruta.	Viernes 27	Judías verdes con tomate. Albóndigas a la jardinera. Yogur.	Lasaña de verduras. Fruta.
Jueves 12	Crema de calabaza. Magro en salsa con arroz. Fruta.	Sopa. Pescado. Fruta.	Lunes 30	Pasta salteada con calabacín. Merluza a la romana con ensalada. Fruta.	Empanada. Pavo. Fruta.
Viernes 13	Lentejas estofadas con verduras. Ragout de pollo al ajillo con zanahoria baby. Fruta en su jugo (sin azúcar añadido).	Verdura. Tortilla. Fruta.	Martes 31	Arroz con alcachofas. Tortilla de patata con ensalada. Fruta.	Sopa. Pescado. Fruta.
Lunes 16	Pasta con calabacín y tomate. Albóndigas en salsa con ensalada. Fruta.	Ensalada de tomate y maíz. Pescado. Yogur.			
Martes 17	Garbanzos estofados con verduras. Tortilla de patata con ensalada. Fruta.	Verdura. Hamburguesa. Fruta.			
Miércoles 18	Crema de verduras. Salchichas de pollo al horno. Fruta.	Sopa. Pescado. Macedonia.			
Jueves 19	Arroz con tomate. Merluza en salsa verde con guisantes. Fruta en su jugo (sin azúcar añadido).	Ensalada. Empanada. Fruta.			

*MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIA/INTOLERANCIA	
*** INTOLERANCIA AL GLUTEN:**	Pasta especial sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.
*** ALERGIA AL PESCADO Y/O MARISCO:**	Sustitución por pollo, cerdo o ternera. 1ºs platos libres de pescado y/o marisco.
*** ALERGIA A PROTEÍNA LECHE DE VACA:**	Alimentos o productos libres de PLV.
*** ALERGIA A HUEVO:**	Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo.
*** ALERGIA A FRUTOS SECOS:**	Elaboración de los alimentos sin ningún fruto seco.
*** ALERGIA A SOJA:**	Elaboración de los alimentos sin soja.

MENÚ ENERO 2023- DIETA BLANDA

	COMIDA		COMIDA
Lunes 2	Arroz blanco. Pollo a la plancha. Fruta.	Viernes 20	Puré de patata. Jamón de York. Yogur.
Martes 3	Pasta blanca. Merluza al horno. Yogur.	Lunes 23	Arroz blanco. Jamón de York. Fruta.
Miércoles 4	Arroz blanco. Jamón de york. Fruta.	Martes 24	Puré de patata. Tortilla francesa. Fruta.
Lunes 9	Puré de patata. Merluza al horno. Fruta.	Miércoles 25	Puré de patata. Jamón de York. Yogur.
Martes 10	Arroz blanco. Tortilla francesa. Fruta.	Jueves 26	Sopa. Merluza al horno. Fruta.
Miércoles 11	Pasta blanca. Merluza al horno. Yogur.	Viernes 27	Arroz blanco. Jamón de York. Yogur.
Jueves 12	Crema de calabaza. Jamón de York. Fruta.	Lunes 30	Pasta blanca. Merluza al horno. Fruta.
Viernes 13	Puré de patata. Pollo a la plancha. Fruta.	Martes 31	Arroz blanco. Jamón de York. Fruta.
Lunes 16	Pasta blanca. Jamón de York. Fruta.		
Martes 17	Arroz blanco. Jamón de york. Fruta.		
Miércoles 18	Puré de patata. Pollo a la plancha. Fruta.		
Jueves 19	Arroz blanco. Merluza al horno. Fruta.		

*MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIA/INTOLERANCIA	
*** INTOLERANCIA AL GLUTEN:**	Pasta especial sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.
*** ALERGIA AL PESCADO Y/O MARISCO:**	Sustitución por pollo, cerdo o ternera. 1ºs platos libres de pescado y/o marisco.
*** ALERGIA A PROTEÍNA LECHE DE VACA:**	Alimentos o productos libres de PLV.
*** ALERGIA A HUEVO:**	Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo.
*** ALERGIA A FRUTOS SECOS:**	Elaboración de los alimentos sin ningún fruto seco.
*** ALERGIA A SOJA:**	Elaboración de los alimentos sin soja.