

## MENÚ ESCOLAR DE CPR INF-PRI-SEC "HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN" C. EDUCATIVO TORREJÓN DE ARDOZ

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b> <b>LENTEJAS</b> estofadas <b>ESCALOPE DE PECHUGA</b> con ensalada  <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: sopa de verdura y pescado Fruta	<b>2</b> <b>PATATAS GUISADAS</b> con costillas <b>TORTILLA FRANCESA</b> con lechuga y tomate de guarnición <b>YOGUR</b>  Cena: Arroz y pollo . fruta	<b>3</b> <b>CREMA DE CALABAZA</b> <b>HAMBURGUESA</b> al horno con patatas de guarnición <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: Sopa de pollo y tortilla francesa. lácteo	<b>4</b> <b>JUDÍAS BLANCAS</b> con verduras <b>FILETES DE MERLUZA</b> <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: carne blanca con hortalizas. Fruta
<b>7</b> <b>MACARRONES</b> con tomate <b>FILETE DE MERLUZA</b> al horno  <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: verdura y filete de pavo plancha.	<b>8</b> <b>JUDÍAS VERDES</b> con zanahoria <b>TORTILLA DE PATATA</b> <b>ENSALADA</b> <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: pescado al horno con ensalada. Fruta	<b>9</b> <b>SOPA DE POLLO</b> <b>ALBONDIGAS</b> con patatas de guarnición  <b>YOGUR</b>  Cena: Verduras y huevos. Fruta	<b>10</b> <b>LENTEJAS ESTOFADAS</b> <b>BACALAO CON PISTO DE VERDURAS</b>  <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: arroz con ternera. Fruta	<b>11</b> <b>CREMA DE CALABAZA</b> <b>CHULETILLA DE PAVO</b> al horno <b>ENSALADA</b> <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: sopa de verdura y pescado Fruta
<b>14</b> <b>TALLARINES</b> con salsa boloñesa <b>CROQUETAS DE BACALAO</b>  <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: Verduras y carne blanca. Lácteo	<b>15</b> <b>SOPA DE COCIDO</b> <b>COCIDO COMPLETO</b> ( Garbanzos, carne, verdura, patata y zanahoria...)  <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: Ensalada y pescado. Fruta	<b>16</b> <b>PAELLA DE CARNE Y VERDURA</b> <b>ENSALADA COMPLETA</b> ( lechuga , tomate maíz, zanahoria y huevo)  <b>YOGUR</b>  Cena: hervido de hortalizas y pescado. Fruta	<b>17</b> <b>BRÓCOLI AL HORNO</b> <b>FILETE DE MERLUZA</b> en salsa  <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: pasta y ternera. Fruta	<b>18</b> <b>LENTEJAS</b> estofadas <b>HUEVOS COCIDOS</b> con tomate  <b>FRUTA FRESCA.</b>  Cena: hamburguesa casera con verduras a la plancha . Lácteo
<b>21</b> <b>MACARRONES</b> con chorizo <b>FILETES DE MERLUZA</b> en salsa  <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: Ternera y verduras. Lácteo	<b>22</b> <b>JUDÍAS BLANCAS</b> con verduras <b>CROQUETAS DE JAMÓN</b> con ensalada  <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: Ensalada y pescado. Fruta	<b>23</b> <b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> <b>SALCHICHAS de pollo al horno</b> con ensalada <b>YOGUR</b>  Cena: Verdura y huevo. Fruta	<b>24</b> <b>GARBANZOS</b> guisados <b>TORTILLA FRANCESA</b> con tomate de guarnición. <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: Sopa de verdura y carne blanca. Lácteo	<b>25</b> <b>MENESTRA DE VERDURA</b> <b>LOMITOS DE BACALAO</b> con tomate  <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: Arroz con ternera. Fruta
<b>28</b> <b>PASTA TIBURÓN</b> con tomate <b>MERLUZA</b> a la romana con limón.  <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: Verdura y carne blanca. Lácteo	<b>29</b> <b>PURÉ DE CALABACÍN</b> <b>POLLO ASADO</b> con patatas de guarnición <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: sopa de pollo y pescado. fruta	<b>30</b> <b>LENTEJAS</b> estofadas con zanahoria <b>TORTILLA DE PATATA</b> con ensalada.  <b>YOGUR</b>  Cena: ternera con hortalizas. fruta	<b>31</b> <b>JUDIAS VERDES</b> con patata <b>LOMITOS DE BACALAO</b> con tomate.  <b>FRUTA FRESCA</b>  Cena: escalope de pollo y ensalada. fruta	

MENU MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALER-GIA/INTOLERANCIA:

**INTOLERANCIA AL GLUTEN:**  
 Pasta sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.

**ALERGIA AL PESCADO Y /O MARISCO**  
 Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

**ALERGIA A LA PROTEINA LECHE DE VACA**  
 Alimentos libres de PLV

**ALERGIA AL HUEVO**  
 Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo

**ALERGIA A FRUTOS SECOS**  
 Elaboración de alimentos sin ningún fruto seco

**ALERGIA A SOJA**  
 Elaboración de los alimentos sin soja

El menú diario va acompañado de agua y pan.

Las frutas son frescas y de temporada.

El aceite de oliva virgen para todos los guisos.  
 Alto oleico para freidoras.

**MENÚ ESCOLAR DE CPR INF NURSERY "HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN" C. EDUCATIVO TORREJÓN DE ARDOZ**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b> <b>LENTEJAS</b> estofadas <b>ESCALOPE DE PECHUGA</b> con ensalada  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: macedonia de fruta	<b>2</b> <b>PATATAS GUISADAS</b> con costillas <b>TORTILLA FRANCESA</b> con lechuga y tomate de guarnición <b>YOGUR</b>  Merienda: fruta y galletas	<b>3</b> <b>CREMA DE CALABAZA</b> <b>HAMBURGUESA</b> al horno con patatas de guarnición <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: fruta y yogur	<b>4</b> <b>JUDÍAS BLANCAS</b> con verduras <b>FILETES DE MERLUZA</b>  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: canapé y leche
<b>7</b> <b>MACARRONES</b> con tomate <b>FILETE DE MERLUZA</b> al horno  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: yogur y fruta	<b>8</b> <b>JUDÍAS VERDES</b> con zanahoria <b>TORTILLA DE PATATA</b> <b>ENSALADA</b> <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: macedonia de fruta	<b>9</b> <b>SOPA DE POLLO</b> <b>ALBONDIGAS</b> con patatas de guarnición  <b>YOGUR</b>  Merienda: fruta y galletas	<b>10</b> <b>LENTEJAS ESTOFADAS</b> <b>BACALAO CON PISTO DE VERDURAS</b>  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: fruta y yogur	<b>11</b> <b>CREMA DE CALABAZA</b> <b>CHULETILLA DE PAVO</b> al horno <b>ENSALADA</b> <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: canapé y leche
<b>14</b> <b>TALLARINES</b> con salsa boloñesa <b>CROQUETAS DE BACALAO</b>  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: yogur y fruta	<b>15</b> <b>SOPA DE COCIDO</b> <b>COCIDO COMPLETO</b> ( Garbanzos, carne, verdura, patata y zanahoria...)  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: macedonia de fruta	<b>16</b> <b>PAELLA DE CARNE Y VERDURA</b> <b>ENSALADA COMPLETA</b> ( lechuga , tomate maíz, zanahoria y huevo)  <b>YOGUR</b>  Merienda: fruta y galletas	<b>17</b> <b>BRÓCOLI AL HORNO</b> <b>FILETE DE MERLUZA</b> en salsa  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: fruta y yogur	<b>18</b> <b>LENTEJAS</b> estofadas <b>HUEVOS COCIDOS</b> con tomate  <b>FRUTA FRESCA.</b>  Merienda: canapé y leche
<b>21</b> <b>MACARRONES</b> con chorizo <b>FILETES DE MERLUZA</b> en salsa  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: yogur y fruta	<b>22</b> <b>JUDÍAS BLANCAS</b> con verduras <b>CROQUETAS DE JAMÓN</b> con ensalada  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: macedonia de fruta	<b>23</b> <b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> <b>SALCHICHAS de pollo al horno</b> con ensalada <b>YOGUR</b>  Merienda: fruta y galletas	<b>24</b> <b>GARBANZOS</b> guisados <b>TORTILLA FRANCESA</b> con tomate de guarnición.  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: fruta y yogur	<b>25</b> <b>PURÉ DE VERDURA</b> <b>LOMITOS DE BACALAO</b> con tomate  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: canapé y leche
<b>28</b> <b>PASTA TIBURÓN</b> con tomate <b>MERLUZA</b> a la romana con limón.  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: yogur y fruta	<b>29</b> <b>PURÉ DE CALABACÍN</b> <b>POLLO ASADO</b> con patatas de guarnición <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: macedonia de fruta	<b>30</b> <b>LENTEJAS</b> estofadas con zanahoria <b>TORTILLA DE PATATA</b> con ensalada.  <b>YOGUR</b>  Merienda: fruta y galletas	<b>31</b> <b>JUDIAS VERDES</b> con patata <b>LOMITOS DE BACALAO</b> con tomate.  <b>FRUTA FRESCA</b>  Merienda: fruta y yogur	

**MENU MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALER-GIA/INTOLERANCIA:**

**INTOLERANCIA AL GLUTEN:**  
Pasta sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.

**ALERGIA AL PESCADO Y /O MARISCO**  
Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

**ALERGIA A LA PROTEINA LECHE DE VACA**  
Alimentos libres de PLV

**ALERGIA AL HUEVO**  
Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo

**ALERGIA A FRUTOS SECOS**  
Elaboración de alimentos sin ningún fruto seco

**ALERGIA A SOJA**  
Elaboración de los alimentos sin soja

El menú diario va acompañado de agua y pan.

Las frutas son frescas y de temporada.

El aceite de oliva virgen para todos los guisos.  
Alto oleico para freidoras.

**MENÚ ESCOLAR DE CPR INF NURSERY "HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN" C. EDUCATIVO TORREJÓN DE ARDOZ**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b> ARROZ BLANCO PECHUGA A LA PLANCHA  FRUTA FRESCA	<b>2</b> PURÉ DE PATATA TORTILLA FRANCESA  FRUTA FRESCA	<b>3</b> CREMA DE ZANAHORIA HAMBURGUESA AL HORNO  FRUTA FRESCA	<b>4</b> HERVICO DE PATATA Y PESCADO  FRUTA FRESCA
<b>7</b> PASTA BLANCA FILETE DE MERLUZA al horno  FRUTA FRESCA	<b>8</b> PURÉ DE ZANAHORIA TORTILLA FRANCESA  FRUTA FRESCA	<b>9</b> SOPA DESGRASADA HAMURGUESA CASERA LA HORNO  FRUTA FRESCA	<b>10</b> ARROZ BLANCO BACALAO AL HORNO  FRUTA FRESCA	<b>11</b> PURÉ DE PATATA JAMÓN YORK  FRUTA FRESCA
<b>14</b> PASTA BLANCA FILETE DE MERLUZA al horno  FRUTA FRESCA	<b>15</b> SOPA DESGRASADA PATATA, ZANAHOARIA, CARANE BLANCA  FRUTA FRESCA	<b>16</b> ARROZ BALNCO CON POLLO  FRUTA FRESCA	<b>17</b> HERVIDO DE PATATA Y PESCADO  FRUTA FRESCA	<b>18</b> PURÉ DEE PATATA TORTILLA FARANCESA  FRUTA FRESCA.
<b>21</b> PASTA BLANCA FILETE DE MERLUZA al horno  FRUTA FRESCA	<b>22</b> PURÉ DE ZANAHORIA JAMÓN YORK  FRUTA FRESCA	<b>23</b> ARROZ BLANCO FILETE DE POLLO  FRUTA FRESCA	<b>25</b> PURÉ DE PATATA TORTILLA FRANCESA  FRUTA FRESCA	<b>26</b> PURÉ DE PATATA LOMITOS DE BACALAO AL HORNO  FRUTA FRESCA
<b>28</b> PASTA BLANCA FILETE DE MERLUZA al horno  FRUTA FRESCA	<b>29</b> PURÉ DE PATATA POLLO AL HORNO  FRUTA FRESCA	<b>30</b> ARROZ BALANCO TORTILLA FRANCESA  FRUTA FRESCA	<b>31</b> PURÉ DE ZANAORIA LOMITOS DE BACALAO AL HORNO  FRUTA FRESCA	

MENU MENSUAL ADAP-  
TADO A CADA ALUMNO  
CON ALER-  
GIA/INTOLERANCIA:

**INTOLERANCIA AL  
GLUTEN:**  
Pasta sin gluten. Carnes y  
pescados elaborados a sus  
condiciones de alergia.

**ALERGIA AL PESCADO  
Y /O MARISCO**  
Sustitución por pollo, cerdo o  
ternera.

**ALERGIA A LA PROTEI-  
NA LECHE DE VACA**  
Alimentos libres de PLV

**ALERGIA AL HUEVO**  
Sustitución por pollo, cerdo o  
ternera. Pasta sin huevo

**ALERGIA A FRUTOS  
SECOS**  
Elaboración de alimentos sin  
ningún fruto seco

**ALERGIA A SOJA**  
Elaboración de los alimentos  
sin soja

El menú diario va acompaña-  
do de agua y pan.

Las frutas son frescas y de  
temporada.

El aceite de oliva virgen para  
todos los guisos.  
Alto oleico para freidoras.

## MENÚ ESCOLAR DE CPR INF-PRI-SEC "HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN" C. EDUCATIVO TORREJÓN DE ARDOZ

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b> <b>PURÉ DE LENTEJAS Y PESCADO</b>  FRUTA FRESCA	<b>2</b> <b>PURÉ DE PATATA CON CARNE Y HUEVO</b>  YOGUR	<b>3</b> <b>CREMA DE CALABAZA CON TERNERA</b>  FRUTA FRESCA	<b>4</b> <b>PURÉ DE LEGUMBRE CON PESCADO</b>  FRUTA FRESCA
<b>7</b> <b>PURÉ DE VERDURAS CON PESCADO</b>  FRUTA FRESCA	<b>8</b> <b>PURÉ DE JUDIAS VERDES CON ZANAHORIA Y HUEVO</b>  FRUTA FRESCA	<b>9</b> <b>PURÉ DE TERNERA</b>  YOGUR	<b>10</b> <b>PURÉ DE LENTEJAS Y CON PESCADO</b>  FRUTA FRESCA	<b>11</b> <b>CREMA DE CALABAZA CON PAVO</b>  FRUTA FRESCA
<b>14</b> <b>PURÉ DE VERDURA CON PESCADO</b>  FRUTA FRESCA	<b>15</b> <b>PURÉ DE COCIDO.</b>  FRUTA FRESCA	<b>16</b> <b>PURÉ DE VERDURA Y POLLO</b>  YOGUR	<b>17</b> <b>PURÉ DE BRÓCOLI CON PESCADO</b>  FRUTA FRESCA	<b>18</b> <b>PURÉ DE LENTEJAS CON HUEVO</b>  FRUTA FRESCA.
<b>21</b> <b>PURÉ DE PATATA Y PESCADO</b>  FRUTA FRESCA	<b>22</b> <b>PURÉ DE JUDIAS VERDES Y POLLO</b>  FRUTA FRESCA	<b>23</b> <b>PURÉ DE CALABAZA CON TERNERA</b>  FRUTA FRESCA	<b>25</b> <b>PURÉ DE LEGUMBRE Y HUEVO</b>  FRUTA FRESCA	<b>26</b> <b>PURÉ DE VERDURA CON PESCADO</b>  FRUTA FRESCA
<b>28</b> <b>PURÉ DE VERDURA</b>  FRUTA FRESCA	<b>29</b> <b>PURÉ DE CALABACÍN CON POLLO</b>  FRUTA FRESCA	<b>30</b> <b>PURÉ DE LEGUMBRE CON HUEVO</b>  YOGUR	<b>31</b> <b>PURÉ DE JUDIAS VERDES CON PESCADO.</b>  FRUTA FRESCA	

**MENU MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALER-GIA/INTOLERANCIA:**

**INTOLERANCIA AL GLUTEN:**  
 Pasta sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.

**ALERGIA AL PESCADO Y /O MARISCO**  
 Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

**ALERGIA A LA PROTEINA LECHE DE VACA**  
 Alimentos libres de PLV

**ALERGIA AL HUEVO**  
 Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo

**ALERGIA A FRUTOS SECOS**  
 Elaboración de alimentos sin ningún fruto seco

**ALERGIA A SOJA**  
 Elaboración de los alimentos sin soja

El menú diario va acompañado de agua y pan.

Las frutas son frescas y de temporada.

El aceite de oliva virgen para todos los guisos.  
 Alto oleico para freidoras.