

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 Tallarines con salsa de tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca Cena: Pescado con verduras..Lact	4 Brócoli al vapor Filete de merluza con limón Fruta fresca Cena: Arroz y huevo. Lácteo	5 Sopa de cocido con fideos Cocido completo (Garbanzos, carne, verdura, patata y zanahoria...) Yogur Cena: carne blanca y ensalada. Fruta	6 Arroz con tomate San jacob de jamón york y queso con ensalada Fruta fresca Cena: Verdura y pescado. Fruta	7 Lentejas estofadas con verdura Lomos de bacalao con tomate Fruta fresca Cena: Ternera con verdura. Lácteo
10 Macarrones con chorizo Escalope de merluza Fruta fresca Cena: Ensalada, carne blanca.	11 Alubias estofadas con verduras Huevos cocidos con tomate Fruta fresca Cena: Verdura y pescado. Lácteo	12 Pure de verduras Pollo asado con patatas Yogur Cena: Pasta y ensalada. Fruta	13 Sopa de cocido con fideos Cocido completo (Garbanzos, carne, verdura, patata y zanahoria...) Fruta fresca Cena: Tortilla de verduras. Lácteo	14 Judías verdes con zanahoria Bacalao con pisto Fruta fresca Cena: Pavo plancha y ensalada
17 Espaguetis al ajillo // E.I (Tomate) Filetes de merluza en salsa Fruta fresca Cena: Verduras y carne blanca. Lácteo	18 Lentejas estofadas Croquetas de jamón Ensalada Fruta fresca Cena: Ternera , ensalada. Fruta	19 Crema de calabacín (calabacín, puerro...) Tortilla francesa con ensalada Yogur Cena: Pescado y arroz. Fruta	20 Paella de pollo y verdura Ensalada completa Lácteo. Cena: carne de hamburguesa y ensalada. Lácteo	21 Sopa de cocido con fideos Cocido completo (Garbanzos, carne, verdura, patata y zanahoria...) Fruta fresca Cena: Tortilla francesa de verduras.
24 Pasta tiburón Filete de merluza al horno con ensalada Fruta fresca. Cena: Ternera con verduras. Lácteo	25 Brócoli al horno. Escalope de pollo con ensalada Fruta Cena: Tortilla francesa con jamón	26 Sopa de pollo con fideo Albóndigas con patatas Yogur Cena: Pescado y ensalada. Fruta	27 Lentejas estofadas con verdura. Tortilla de patata. Fruta fresca. Cena: Verdura y carne blanca. Lácteo	28 NO LECTIVO

MENU MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGI/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-PRI-SEC "HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN" C. EDUCATIVO TORREJÓN DE ARDOZ

HUMANITAS
BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 Pasta blanca Tortilla francesa Fruta fresca	4 Puré de patata Merluza al horno Fruta fresca	5 Sopa desgrasada Pollo, patata y zanahoria Fruta fresca	6 Arroz blanco Jamón york cocido Fruta fresca	7 Puré de zanahoria Bacalao al horno Fruta fresca
10 Pasta blanca Merluza al horno Fruta fresca	11 Arroz blanco Tortilla francesa Fruta fresca	12 Pure de patata Pollo al horno Fruta fresca	13 Sopa desgrasada Pollo, patata y zanahoria Fruta fresca	14 Patata hervida con pescado Fruta fresca
17 Pasta blanca Merluza al horno Fruta fresca	18 Puré de zanahoria Pollo a la plancha Fruta fresca	19 Puré de patata Tortilla francesa Fruta fresca	20 Arroz con pollo Fruta fresca	21 Sopa desgrasada Pollo, patata y zanahoria Fruta fresca
24 Pasta blanca Merluza al horno Fruta fresca.	25 Puré de patata Jamón york cocido Fruta fresca	26 Sopa desgrasada Pollo a la plancha Fruta fresca	27 Arroz blanco Tortilla francesa Fruta fresca.	28 NO LECTIVO

MENU MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIA/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-PRI-SEC "HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN" C. EDUCATIVO TORREJÓN DE ARDOZ

HUMANITAS
BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 Puré de verdura y huevo. Fruta fresca	4 Puré de pescado y brócoli Fruta fresca	5 Puré de cocido Yogur	6 Puré de zanahoria y pollo Fruta fresca	7 Puré de legumbre y pescado Fruta fresca
10 Puré de verdura y pescado. Fruta fresca	11 Puré de legumbre y huevo Fruta fresca	12 Pure de verduras y pollo Yogur	13 Puré de cocido Fruta fresca	14 Pure de verduras con pescado Fruta fresca
17 Puré de verdura y pescado. Fruta fresca	18 Puré de legumbre con pollo Fruta fresca	19 Crema de calabacín con huevo Yogur	20 Pure de calabaza con ternera Fruta fresca	21 Puré de cocido Fruta fresca
24 Puré de verdura y pescado. Fruta fresca.	25 Crema de brócoli con pollo. Fruta fresca	26 Puré de patata y ternera Yogur	27 Puré de legumbre y huevo Fruta fresca.	28 NO LECTIVO

MENU MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIA/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.