

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b> Brócoli al vapor Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz  Fruta fresca  Cena: Verduras y ternera . Lácteo	<b>2</b> Lentejas guisada con verduras Croqueta casera de jamón Ensalada de lechuga y zanahoria  Yogur  Cena: Huevo y verdura. Fruta	<b>3</b> Arroz blanco con tomate Bacalao al horno Ensalada de lechuga y tomate  Fruta fresca  Cena: carne blanca y verduras. Lácteo	<b>4</b> Sopa de cocido Cocido completo (garbanzos, carne, verdura)  Fruta fresca  Cena: ensalada y pescado. Fruta fresca
<b>7</b> Espirales de pasta con salsa de tomate Filete de merluza al horno con champiñón rehogado.  Fruta fresca  Cena: Verdura, carne blanca. Lácteo	<b>8</b> Crema de calabacín Pollo asado Patatas de guarnición  Fruta fresca  Cena: ensalada de arroz y verdura. Fruta	<b>9</b> Judías blancas guisadas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate  Yogur  Cena: Sopa y ternera a la plancha. Fruta	<b>10</b> Paella de arroz con verdura y carne Ensalada completa (lechuga , tomate, huevo, zanahoria atún y maíz)  Fruta fresca  Cena: Pescado y verdura. Lácteo	<b>11</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA
<b>14</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA	<b>15</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA	<b>16</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA	<b>17</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA	<b>18</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA
<b>21</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA	<b>22</b> Arroz al horno con salsa de tomate Hamburguesa de ternera y cerdo Ensalada de lechuga y zanahoria  Fruta fresca  Cena: Hervido de patata y pescado. Fruta	<b>23</b> Judías verdes cocidas Pollo al chilindrón con arroz de guarnición  Yogur  Cena: Ternera a la plancha y ensalada. Fruta	<b>24</b> Puré de calabaza y zanahoria Albóndigas de ternera y cerdo guisadas con patatas  Fruta fresca  Cena: Sopa y pescado Lácteo	<b>25</b> Lentejas guisadas con verduras Bacalao con salsa de tomate y pisto de guarnición.  Fruta fresca  Cena: tortilla francesa y verdura a la plancha.
<b>28</b> Macarrones con salsa de tomate Filete de salmón al horno con guisantes.  Fruta fresca  Cena: Verdura y carne blanca. Fruta	<b>29</b> Judías blancas guisadas con chorizo Huevos cocidos con salsa de tomate. Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca  Cena: Pescado y verdura. Lácteo	<b>30</b> Brócoli al vapor Filete de pollo empanado con patatas asadas.  Yogur  Cena: Ternera y verdura a la plancha.		

HUMANITAS  
BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN

**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, siendo éste una vez por semana integral.

Las frutas son frescas y de temporada.

El aceite de oliva virgen para todos los guisos.

Alto oleico para freidoras.



Comunidad de Madrid  
CONSEJERÍA DE SANIDAD

Menú valorado por el servicio de asesoramiento nutricional del menú escolar de la consejería de la Comunidad de Madrid.

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b> Brócoli al vapor Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz  Fruta fresca  Merienda: Macedonia de fruta	<b>2</b> Lentejas guisada con verduras Croqueta casera de jamón Ensalada de lechuga y zanahoria  Yogur  Merienda: fruta y galletas	<b>3</b> Arroz blanco con tomate Bacalao al horno Ensalada de lechuga y tomate  Fruta fresca  Merienda: yogur y fruta	<b>4</b> Sopa de cocido Cocido completo (garbanzos, carne, verdura)  Fruta fresca  Merienda: canapé y leche
<b>7</b> Espirales de pasta con salsa de tomate Filete de merluza al horno con champiñón rehogado.  Fruta fresca  Merienda: yogur y galletas	<b>8</b> Crema de calabacín Pollo asado Patatas de guarnición  Fruta fresca  Merienda: Macedonia de fruta	<b>9</b> Judías blancas guisadas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate  Yogur  Merienda: fruta y galletas	<b>10</b> Paella de arroz con verdura y carne Ensalada completa (lechuga, tomate, huevo, zanahoria atún y maíz)  Fruta fresca  Merienda: yogur y fruta	<b>11</b> Puré de verdura Albóndigas con patatas  Fruta fresca  Merienda: canapé y leche
<b>14</b> Espagueti con salsa boloñesa Varitas de merluza con ensalada de lechuga y maíz  Fruta fresca  Merienda: yogur y galletas	<b>15</b> Judías verdes con zanahoria Hamburguesa con ensalada de lechuga y zanahoria  Fruta fresca  Merienda: Macedonia de fruta	<b>16</b> Puré de calabacín Pollo asado con ensalada de lechuga maíz  Fruta fresca  Merienda: fruta y galletas	<b>17</b> VACACIONES DE SEMANA SANTA	<b>18</b> VACACIONES DE SEMANA SANTA
<b>21</b> Pasta tiburón Merluza al horno.  Fruta fresca  Merienda: yogur y galletas	<b>22</b> Arroz al horno con salsa de tomate Hamburguesa de ternera y cerdo Ensalada de lechuga y zanahoria  Fruta fresca  Merienda: Macedonia de fruta	<b>23</b> Judías verdes cocidas Pollo al chilindrón con arroz de guarnición  Yogur  Merienda: fruta y galletas	<b>24</b> Puré de calabaza y zanahoria Albóndigas de ternera y cerdo guisadas con patatas  Fruta fresca  Merienda: yogur y fruta	<b>25</b> Lentejas guisadas con verduras Bacalao con salsa de tomate y pisto de guarnición.  Fruta fresca  Merienda: canapé y leche
<b>28</b> Macarrones con salsa de tomate Filete de salmón al horno con guisantes.  Fruta fresca  Merienda: yogur y galletas	<b>29</b> Judías blancas guisadas con chorizo Huevos cocidos con salsa de tomate. Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca  Merienda: Macedonia de fruta	<b>30</b> Brócoli al vapor Filete de pollo empanado con patatas asadas.  Yogur  Merienda: fruta y galletas		

HUMANITAS  
BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN

**MENÚ 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 PROTEÍNA 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, siendo éste una vez por semana integral.

Las frutas son frescas y de temporada.  
  
El aceite de oliva virgen para todos los guisos.  
Alto oleico para freidoras.



Comunidad de Madrid  
CONSEJERÍA DE SANIDAD

**Menú valorado por el servicio de asesoramiento nutricional del menú escolar de la consejería de la Comunidad de Madrid.**

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b> Pure de zanahoria Tortilla francesa  Fruta fresca	<b>2</b> Lentejas guisada con verduras Croqueta casera de jamón Ensalada de lechuga y zanahoria  Fruta fresca	<b>3</b> Arroz blanco Bacalao al horno  Fruta fresca	<b>4</b> Sopa desgrasada Carne blanca , zanahoria y patata  Fruta fresca
<b>7</b> Pasta blanca Filete de merluza al horno  Fruta fresca	<b>8</b> Puré de patata Pollo al horno  Fruta fresca	<b>9</b> Puré de patata y zanahoria Tortilla francesa  Fruta fresca	<b>10</b> Arroz con pollo.  Fruta fresca	<b>11</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA
<b>14</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA	<b>15</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA	<b>16</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA	<b>17</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA	<b>18</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA
<b>21</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA	<b>22</b> Arroz blanco Hamburguesa al horno  Fruta fresca	<b>23</b> Arroz blanco Filete de pollo  Fruta fresca	<b>24</b> Puré de zanahoria Jamón york cocido  Fruta fresca	<b>25</b> Puré de patata Bacalao al horno  Fruta fresca  Cena: tortilla francesa y verdura a la plancha. Fruta
<b>28</b> Pasta blanca Filete de salmón al horno  Fruta fresca	<b>29</b> Puré de zanahoria Tortilla francesa  Fruta fresca	<b>30</b> Arroz blanco Filete de pollo a la plancha  Fruta fresca		

**HUMANITAS**  
BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN

**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, siendo éste una vez por semana integral.

Las frutas son frescas y de temporada.

El aceite de oliva virgen para todos los guisos.

Alto oleico para freidoras.



**Comunidad de Madrid**  
CONSEJERÍA DE SANIDAD

**Menú valorado por el servicio de asesoramiento nutricional del menú escolar de la consejería de la Comunidad de Madrid.**

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b> Puré de verdura y huevo  Fruta fresca	<b>2</b> Puré de legumbre y pollo  Yogur	<b>3</b> Puré de calabaza y pescado.  Fruta fresca	<b>4</b> Triturado de cocido.  Fruta fresca
<b>7</b> Puré de verdura y pescado.  Fruta fresca	<b>8</b> Crema de calabacín con pollo  Fruta fresca	<b>9</b> Puré de legumbre y huevo  Yogur	<b>10</b> Puré de calabaza y ternera  Fruta fresca	<b>11</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA
<b>14</b> Puré de verdura y pescado.  Fruta fresca	<b>15</b> Puré de calabaza con carne mixta  Fruta fresca	<b>16</b> Puré de calabacín con pollo  Fruta fresca	<b>17</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA	<b>18</b>  VACACIONES DE SEMANA SANTA
<b>21</b> Puré de verdura y pescado.  Fruta fresca	<b>22</b> Puré de verduras y carne mixta  Fruta fresca	<b>23</b> Puré de judías verdes y pollo  Yogur	<b>24</b> Puré de calabaza y zanahoria con ternera Fruta fresca	<b>25</b> Puré de legumbre con pescado  Fruta fresca
<b>28</b> Puré de verdura y pescado  Fruta fresca	<b>29</b> Puré de legumbre y huevo  Fruta fresca	<b>30</b> Crema de brócoli con pollo  Yogur		

**HUMANITAS**  
BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN

**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, siendo éste una vez por semana integral.

Las frutas son frescas y de temporada.

El aceite de oliva virgen para todos los guisos.

Alto oleico para freidoras.



**Comunidad de Madrid**  
CONSEJERÍA DE SANIDAD

**Menú valorado por el servicio de asesoramiento nutricional del menú escolar de la consejería de la Comunidad de Madrid.**