

CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin frutos secos

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

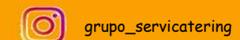
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate)</p> <p>Revuelto de queso con ensalada (3,7)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Hamburguesa de ternera (burguer meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10)</p> <p>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)</p> <p>Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)</p> <p>Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
<p>Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p>Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)</p> <p>Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)</p> <p>Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas guisadas con verduras (12)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10)</p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p>Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
30	31			
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p>Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Guisantes rehogados con cebolla</p> <p>Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos Secos	Apo	Miel	Sésamo	Sulfuro	Almendra	Moluscos



CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin frutos secos

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Revuelto de queso con ensalada (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burguer meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)  Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)  Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)  Complemento del cocido: garbanzos ECO , repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)  Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verduras (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)  Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada	     		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos	Apo	Miel	Sésamo	Sulfatos	Almendra	Moluscos

 grupo_servicatering



CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin judías blancas

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Revuelto de queso con ensalada (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burguer meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Fruta de temporada 	Verduras variadas Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12) Fruta de temporada y pan integral 		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14)  Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria)  fideos ECO (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)  Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verduras (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)  Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31	     		
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada	<p>DECLARACIÓN DE ALERGENOS</p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14</p> <p>Gluten Cárnicos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Almidones Malvavisco Lácteos</p>		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

 grupo_servicatering



CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023 *Menú sin gallo ni lenguado*

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Revuelto de queso con ensalada (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burguer meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)  Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)  Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)  Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)  Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verduras (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)  Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31	     		
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada	<p>DECLARACIÓN DE ALERGENOS</p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14</p> <p>Gluten Crustáceos Huesos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Almidones Mielaces Lácteos</p>		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

 grupo_servicatering

ayre

CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin legumbre. gallo ni lenguado

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES																																										
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6																																										
<u>Verdura variada</u> Revuelto de queso con ensalada (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	<u>Verdura variada</u> <u>Hamburguesa de ternera esp. Sin alérgenos al horno con gajos de tomate aderezados con orégano</u> Fruta de temporada	<u>Fideuá esp. Sin alérgenos hortelana (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) (sin legumbre)</u> Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)																																										
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13																																										
<u>Arroz dos Delicias (salteado con zanahoria, maíz)</u> <u>Lacón al horno con ensalada</u> Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) <u>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta esp. Sin alérgenos salteada (4)</u> Fruta de temporada 	<u>Verdura variada</u> Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral	 FESTIVO	 NO LECTIVO																																										
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff																																										
<u>Verdura variada</u> <u>Tortilla francesa c/ens. Lechuga (3)</u> Fruta y leche (7) 	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	<u>Sopa de fideos (esp. Sin alérgenos)</u>  <u>Ragout de ternera con zanahoria y patata (12)</u> Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	<u>Arroz caldoso con verduras (sin legumbre)</u> <u>Abadejo en salsa con zanahorias (4)</u>  Postre lácteo (7)																																										
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27																																										
<u>Patatas quisadas con verduras (12) (sin legumbre)</u> Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	<u>Pasta esp. Sin alérgenos carbonara (nata, pimienta negra, bacon)(7)</u> Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)  Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	<u>Verdura variada</u> Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)																																										
30	31	     																																												
<u>Verdura variada</u> Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	<u>Arroz con tomate</u> Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada	DECLARACIÓN DE ALERGENOS <table border="1"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td> </tr> <tr> <td>Gluten</td><td>Cruelidades</td><td>Huevos</td><td>Peisados</td><td>Coque</td><td>Sopa</td><td>Leche</td><td>Frutos</td><td>Algas</td><td>Molinos</td><td>Sésamo</td><td>Sulfuros</td><td>Atrazoles</td><td>Molinos</td> </tr> <tr> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> </table>			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Gluten	Cruelidades	Huevos	Peisados	Coque	Sopa	Leche	Frutos	Algas	Molinos	Sésamo	Sulfuros	Atrazoles	Molinos														
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14																																	
Gluten	Cruelidades	Huevos	Peisados	Coque	Sopa	Leche	Frutos	Algas	Molinos	Sésamo	Sulfuros	Atrazoles	Molinos																																	

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

 grupo_servicatering



CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin garbanzos, guisantes ni lentejas

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p><u>Verdura variada</u></p> <p>Revuelto de queso con ensalada (3,7)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal) </p> <p>Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Hamburguesa de ternera (burguer meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Fideuá hortelana</u> (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10)</p> <p>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)</p> <p>Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10) </p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)</p> <p>Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12) </p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>FESTIVO </p>	<p>NO LECTIVO </p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
<p><u>Verdura variada</u></p> <p>Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) </p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Sopa de fideos (esp. Sin alérgenos) </p> <p>Ragout de ternera con zanahoria y patata (12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)</p> <p>Abadejo en salsa con zanahorias (4) </p> <p>Postre lácteo (7)</p>
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas guisadas con verduras (12)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10)</p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) </p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p>Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
30	31			
<p><u>Verdura variada</u></p> <p>Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p><u>Arroz con tomate</u></p> <p>Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p> Ingredientes ecológicos</p> <p> Pescados sostenibles</p> <p> Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA</p> <p> Productos integrales</p> <p> GASTRONOMÍA LOCAL</p> <p> Productos con DOP</p>		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Ovatos	Huevos	Pescado	Casavate	Sajo	Leche	Frutos	Apio	Miel	Sésamo	Sulfatos	Almendra	Moluscos

 grupo_servicatering



CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin frutos secos

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Revuelto de queso con ensalada (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burguer meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz dos Delicias (salteado con zanahoria, maíz) Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)  Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)  Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de rape a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)  Complemento: aarbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave (12)	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)  Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verduras (12) Salchichas de pavo (6) c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, sin bacon) (1,3,6,7,10)  Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada	     		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos Secos	Apo	Miel	Sésamo	Sulfuro	Almendra	Moluscos

 grupo_servicatering



CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin pescado

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Revuelto de queso con ensalada (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  <u>Lacón al horno c/ens. Lechuga y maíz</u> Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) <u>Filete de pollo con ensalada de lechuga, maíz</u> Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) <u>Filete con pasta integral salteada</u> (1,3,6,10)  Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) <u>Tortilla francesa c/ens. Lechuga</u> (3)  Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) <u>Cinta de lomo con cous-cous</u> (1,3,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)  Complemento del cocido: garbanzos ECO , repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla) <u>Ternera en salsa con verduritas</u>  Postre lácteo (7)
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verduras (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) <u>Salchichas de pavo</u> (6)  Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) <u>Chuleta de pavo con arroz integral rehogado</u> Postre lácteo (7)
30	31	     		
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada	DECLARACIÓN DE ALERGENOS 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 Gluten Cereales Muecas Pescado Cacahete Soja Leche Frutos Ácido Mielazas Sésamo Sulfitos Altramuces Mielazas c/cacahete c/cacahete		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

 grupo_servicatering



CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin huevo

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate)</p> <p><u>Cinta de lomo con ensalada</u></p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)</p> <p><u>Empanadillas esp. Sin huevo de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,4)</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Fideuá esp. Sin alérgenos hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla)</u></p> <p>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)</p> <p>Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta esp. Sin alérgenos salteada (4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)</p> <p><u>Lacón al horno con lechuga</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
<p>Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p><u>Pavo al horno c/ens. Lechuga</u></p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p><u>Filete de rape a la vizcaína con arroz (4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos)</u></p> <p>Complemento del cocido: <u>garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)</p> <p>Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas guisadas con verduras (12)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p><u>Pasta esp. Sin alérgenos carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (7)</u></p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p><u>York al horno con ens. De tomate natural</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Merluza empanada con arroz integral rehogado (harina de maíz,4)</u></p> <p>Postre lácteo (7)</p>
30	31			
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p><u>Salchichas de pavo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (6)</u></p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Guisantes rehogados con cebolla</p> <p>Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahete	Soja	Leche	Frutos Secos	Apoes	Miel	Sésamo	Sulfuros	Almendra	Moluscos

grupo_servicatering

CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023 *Menú sin huevo ni pescado*

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate)</p> <p><u>Cinta de lomo con ensalada</u></p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal) </p> <p><u>Lacón al horno c/ens. Lechuga y maíz</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Fideuá esp. Sin alérgenos hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla)</p> <p>Filete de pollo con ensalada de lechuga, maíz</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)</p> <p>Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Filete con pasta esp. Sin alérgenos salteada</u> </p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)</p> <p><u>Lacón al horno con lechuga</u> </p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>FESTIVO </p>	<p>NO LECTIVO </p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
<p>Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p><u>Pavo al horno c/ens. Lechuga</u> </p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p><u>Cinta de lomo a la vizcaína con arroz</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos)</u></p> <p>Complemento del cocido: <u>garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo</u> (12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral </p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)</p> <p><u>Ternera en salsa con verduritas</u> </p> <p>Postre lácteo (7)</p>
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas guisadas con verduras (12)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p><u>Pasta esp. Sin alérgenos carbonara (nata, pimienta negra, bacon)</u> (7)</p> <p><u>Salchichas de pavo</u> (6) </p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p><u>York al horno con ens. De tomate natural</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Chuleta de pavo con arroz integral rehogado</u></p> <p>Postre lácteo (7)</p>
30	31			
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p><u>Salchichas de pavo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate)</u> (6)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Guisantes rehogados con cebolla</p> <p>Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p> Ingredientes ecológicos</p> <p> Pescados sostenibles</p> <p> Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA</p> <p> Productos integrales</p> <p> GASTRONOMÍA LOCAL</p> <p> Productos con DOP</p>	<p>DECLARACIÓN DE ALERGENOS</p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14</p> <p>Gluten Crustáceos Huesos Pescado Cacahuetes Soja Leche Frutos Ácido Alérgenos Sésamo Sulfitos Alérgenos Mieláceos Lácteos</p>	

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

 grupo_servicatering



CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin huevo, marisco ni frutos secos

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate)</p> <p><u>Cinta de lomo con ensalada</u></p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)</p> <p><u>Empanadillas esp. Sin huevo de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,4)</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Fideuá esp. Sin alérgenos hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla)</u></p> <p>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)</p> <p>Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta esp. Sin alérgenos salteada (4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)</p> <p><u>Lacón al horno con lechuga</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
<p>Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p><u>Pavo al horno c/ens. Lechuga</u></p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p><u>Filete de rape a la vizcaína con arroz (4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos)</u></p> <p>Complemento del cocido: <u>garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)</p> <p>Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas guisadas con verduras (12)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p><u>Pasta esp. Sin alérgenos carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (7)</u></p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p><u>York al horno con ens. De tomate natural</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Merluza empanada con arroz integral rehogado (harina de maíz 4)</u></p> <p>Postre lácteo (7)</p>
30	31			
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p>Salchichas de pavo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (6)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Guisantes rehogados con cebolla</p> <p>Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Ovatos	Huevos	Pescado	Coque	Soya	Leche	Frutos	Apo	Mostaza	Sésamo	Sulfites	Aromatizantes	Moluscos



grupo_servicatering



CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin huevo, marisco ni champiñones

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

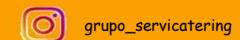
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate)</p> <p><u>Cinta de lomo con ensalada</u></p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)</p> <p><u>Empanadillas esp. Sin huevo de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,4)</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Fideuá esp. Sin alérgenos hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla)</u></p> <p>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)</p> <p>Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta esp. Sin alérgenos salteada (4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)</p> <p><u>Lacón al horno con lechuga</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Chef
<p>Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p><u>Pavo al horno c/ens. Lechuga</u></p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p><u>Filete de rape a la vizcaína con arroz (4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos)</u></p> <p>Complemento del cocido: <u>garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)</p> <p>Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas guisadas con verduras (12)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p><u>Pasta esp. Sin alérgenos carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (7)</u></p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p><u>York al horno con ens. De tomate natural</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Merluza empanada con arroz integral rehogado (harina de maíz 4)</u></p> <p>Postre lácteo (7)</p>
30	31			
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p>Salchichas de pavo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (6)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Guisantes rehogados con cebolla</p> <p>Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Ovina	Leche	Pescado	Carbante	Sajo	Leche	Frutos	Apo	Mostaza	Sésamo	Sulfites	Aromatizantes	Moluscos



CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin gluten

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate)</p> <p>Revuelto de queso con ensalada (3,7)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal) </p> <p>Merluza rebozada c/ens. Lechuga y maíz (harina de maíz, 4)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Hamburguesa de ternera (burguer meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Fideuá esp. Sin alérgenos hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla)</p> <p>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (harina de maíz 4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)</p> <p>Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta esp. Sin alérgenos salteada (4)</u> </p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)</p> <p>Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12) </p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>FESTIVO </p>	<p>NO LECTIVO </p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
<p>Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p>Tortilla francesa c/ens. Lechuga (3) </p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Filete de rape a la vizcaína con arroz (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos)</u></p> <p>Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) </p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)</p> <p>Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) </p> <p>Postre lácteo (7)</p>
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas guisadas con verduras (12)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p><u>Pasta esp. Sin alérgenos carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (7)</u></p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) </p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Merluza empanada con arroz integral rehogado (harina de maíz 4)</u></p> <p>Postre lácteo (7)</p>
30	31			
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p>Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3)</p> <p>Fruta y leche (7)</p>	<p>Guisantes rehogados con cebolla</p> <p>Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahete	Soja	Leche	Frutos Secos	Apo	Miel	Sésamo	Sulfatos	Almendra	Moluscos

 grupo_servicatering



CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin gluten ni proteína de la leche

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate)</p> <p><u>Revuelto de huevo con ensalada (3)</u></p> <p>Fruta y bebida de soja (6)</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)</p> <p><u>Merluza rebozada c/ens. Lechuga y maíz (harina de maíz 4)</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Fideuá esp. Sin alérgenos hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla)</u></p> <p><u>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (harina de maíz 4)</u></p> <p>Bebida de soja (6)</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)</p> <p>Salchichas de pavo con tomate (casero) y ensalada (6)</p> <p>Fruta y bebida de soja (6)</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta esp. Sin alérgenos salteada (4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)</p> <p>Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
<p>Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p><u>Tortilla francesa c/ens. Lechuga (3)</u></p> <p>Fruta y bebida de soja (6)</p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p><u>Filete de rape a la vizcaína con arroz (4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos)</u></p> <p>Complemento del cocido: <u>garbanzos ECO</u>, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)</p> <p>Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)</p> <p>Bebida de soja (6)</p>
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas guisadas con verduras (12)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y bebida de soja (6)</p>	<p><u>Pasta esp. Sin alérgenos carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (7)</u></p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Merluza empanada con arroz integral rehogado (harina de maíz 4)</u></p> <p>Bebida de soja (6)</p>
30	31			
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p>Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3)</p> <p>Fruta y bebida de soja (6)</p>	<p>Guisantes rehogados con cebolla</p> <p><u>Ragout de ternera quisado con puré de patata casero (con caldo de verduras 12)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas..



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Ovattáceas	Huevos	Pescado	Coqueante	Sajo	Leche	Frutos	Apoa	Mielazas	Sésamo	Sulfatos	Aromatizantes	Moluscos



grupo_servicatering



CEIP TIRSO DE MOLINA- OCTUBRE 2023

Menú sin gluten, proteína de la leche ni soja

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate)</p> <p><u>Revuelto de huevo con ensalada (3)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)</p> <p><u>Merluza rebozada c/ens. Lechuga y maíz (harina de maíz, 4)</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p><u>Hamburguesa de ternera casera al horno con gajos de tomate aderezados con orégano</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Fideuá esp. Sin alérgenos hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla)</u></p> <p><u>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (harina de maíz 4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)</p> <p><u>Salchichas de pavo esp. Sin alérgenos con tomate (casero) y ensalada</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta esp. Sin alérgenos salteada (4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)</p> <p>Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>FESTIVO</p>	<p>NO LECTIVO</p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
<p>Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p><u>Tortilla francesa c/ens. Lechuga (3)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p><u>Filete de rape a la vizcaína con arroz (4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp. Sin alérgenos)</u></p> <p>Complemento del cocido: <u>garbanzos ECO</u>, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)</p> <p>Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas guisadas con verduras (12)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Pasta esp. Sin alérgenos carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (7)</u></p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)</p> <p>Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p><u>Merluza empanada con arroz integral rehogado (harina de maíz 4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>
30	31			
<p>Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</p> <p>Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Guisantes rehogados con cebolla</p> <p><u>Ragout de ternera quisado con puré de patata casero (con caldo de verduras 12)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas..



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Ovattáceas	Huevos	Pescado	Cocoarute	Soja	Leche	Frutos	Apoa	Mielazas	Sésamo	Sulfatos	Aromatizantes	Moluscos

grupo_servicatering