

Menú Comedor

Octubre-noviembre- diciembre



	Lunes 1 oct/ 5 nov/ 10 dic	Martes 2 oct/ 6 nov/ 11 dic	Miércoles 3 oct/7 nov/ 12 dic	Jueves 4 oct/8 nov/13 dic	Viernes 5 oct/ 9 nov/14 dic
COMIDA	<p>Fideos a la cazuela: costilla, pollo, fideos, sofrito...</p> <p>Ensalada variada: pavo, maíz, queso, tomate, olivas....</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Yogur</p>	<p>Brócoli con patatas al vapor.</p> <p>Pollo rebozado con papas chips</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Potaje de lentejas con arroz</p> <p>Salchichas de pollo</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Sopa de aves con pasta</p> <p>Ternera asada en su salsa con patatas fritas</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Bacalao al horno con guisantes</p> <p>Fruta de temporada</p>
CENA	<p>Revuelto de espinacas con arroz hervido</p>	<p>Sopa de aves</p> <p>Pescado plancha</p>	<p>Pescado hervido con verduras</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Tortilla al gusto</p>	<p>Pizza al gusto y ensalada de queso fresco, tomate y albahaca</p>

Todos los días se servirá ensalada opcional, fruta de temporada y los lunes yogur.
Los alumnos celíacos comen lo mismo que los demás adaptando el alimento.

Menú Comedor

Octubre-noviembre- diciembre



	Lunes 8 oct/ 12 nov/ 17 dic	Martes 9 oct/ 13 nov/ 18 dic	Miércoles 10 oct/14 nov/ 19 dic	Jueves 11oct/15 nov/20 dic	Viernes 12 oct: fiesta/ 16 nov/21 dic
COMIDA	<p>Verduras al vapor: judías tiernas, patatas, zanahoria</p> <p>Tiras de pavo rebozadas</p> <p>Ensalada de tomate</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Yogur</p>	<p>Sopa de pescado: verduras: apio, zanahorias, pescados varios...</p> <p>Estofado de ternera con guisantes</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Canelones de carne o verdura</p> <p>Huevos cocidos</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Potaje de judías blancas</p> <p>Hamburguesas de pollo, papas chips</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz con verduras</p> <p>Lomitos de merluza fritos</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta de temporada</p>
CENA	<p>Crema de calabaza con quinoa, huevos rellenos de atún</p>	<p>Lasaña de calabacín y verduras, salchichas de pollo</p>	<p>Sopa de ave</p> <p>Empanada de verduras</p>	<p>Puré de verduras, atún fresco a la plancha</p>	<p>Pizza al gusto y pescado plancha</p>

Todos los días se servirá ensalada opcional, fruta de temporada y los lunes yogur.
Los alumnos celíacos comen lo mismo que los demás adaptando el alimento.

Menú Comedor

Octubre-noviembre- diciembre



	Lunes 15 oct/ 19 nov	Martes 16 oct/ 20 nov	Miércoles 17 oct / 21 nov	Jueves 18 oct / 22 nov	Viernes 19 oct / 23nov
COMIDA	<p>Potaje de garbanzos: calabacín, patatas, verduras...</p> <p>Lomo asado con salsa y champiñones</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>Yogur</p>	<p>16 octubre: Día de la Pureza Pizza o paninis Pop nuggets , nuggets de pollo, ensalada, papas chips Postre especial</p> <p>20 noviembre: Macarrones salteados Pechuga de pollo Ensalada Fruta de temporada</p>	<p>Estofado de patatas con sepia</p> <p>Huevos cocidos</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Hamburguesas Ensalada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Verduras al vapor: judías tiernas, zanahorias...</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>ensalaada</p> <p>Fruta de temporada</p>
CENA	<p>Lasaña de calabacín, pavo plancha</p>	<p>Verduras varias plancha Huevo cocido</p>	<p>Sopa de pescado, empanadillas al gusto</p>	<p>Verduras al vapor, salchichas de frankfurt con queso y bacon</p>	<p>Paninis de jamón y queso, tomates rellenos de verduritas</p>

Todos los días se servirá ensalada opcional, fruta de temporada y los lunes yogur.
Los alumnos celíacos comen lo mismo que los demás adaptando el alimento.

Menú Comedor

Octubre-noviembre- diciembre



	Lunes 22 oct/ 26 nov	Martes 23 oct / 27nov	Miércoles 24 oct / 28 nov	Jueves 25 oct / 29 nov	Viernes 26 oct/ 30 nov
COMIDA	Puré de verduras varias (calabacín, patatas, zanahorias, puerros...) Pechugas de pavo Ensalada Fruta de temporada Yogur	Espaguettis carbonara o 4 quesos Salchichas de pollo Fruta de temporada	Potaje de lentejas (cebolla, zanahorias, tomate...) Ternera asada en salsa Fruta de temporada	Sopa de pescado (rape, verduras, otros pescados...) Albóndigas con guisantes Fruta de temporada	Arroz tres delicias Empanadilla de atún y croquetas bacalao Fruta de temporada
CENA	Sopa con galets Pescado al horno	Verduras al horno Pescado al gusto	Merluza plancha con ensalada variada	Patatas hervidas con brócoli Tortilla francesa Fruta	Creps rellenos de jamón, sopa

Todos los días se servirá ensalada opcional, fruta de temporada y los lunes yogur.
Los alumnos celíacos comen lo mismo que los demás adaptando el alimento.

Menú Comedor

Octubre-noviembre- diciembre



Colegio
Pureza de María
Sant Cugat

	Lunes 29 oct / 3 dic	Martes 30 oct/ 4 dic	Miércoles 31 oct/ 5 dic		
COMIDA	Potaje de garbanzos (garbanzos, calabaza troceada, calabacín...) Pechugas de pollo plancha, papas chips Fruta de temporada Yogur	Sopa de ave pollo, gallina, verduras...) Ternera estofada y patatas fritas Fruta de temporada	Arroz de paella (costilla, pollo, carne magr, gambas, sepia...) Ensalada Fruta de temporada		
CENA	Verduras al vapor con orégano, varitas de merluza	Puré de verduras Espinacas revueltas con huevo			

Todos los días se servirá ensalada opcional, fruta de temporada y los lunes yogur.
Los alumnos celíacos comen lo mismo que los demás adaptando el alimento.

Menú Comedor

Octubre-noviembre- diciembre



- Las naranjas, mandarinas y verduras son ecológicas y algunas legumbres.
- Los yogures son de proximidad
- Se respetará el menú salvo que haya falta de género

Todos los días se servirá ensalada opcional, fruta de temporada y los lunes yogur.
Los alumnos celíacos comen lo mismo que los demás adaptando el alimento.