

COLEGIO SAN JOSE

NOVIEMBRE 2022 - ALERGIA FRUTOS DE CASCARA



LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FIESTA LOCAL		Macarrones con tomate 	Lentejas con verduras 	Crema de calabacín y calabaza 
		Limanda al horno al limón con ensalada de lechuga y tomate 	Hamburguesa casera mixta a la plancha con patatas fritas 	Bacalao a la romana con huevo y harina con ensalada de lechuga y tomate 
		Yogur de sabores Fruta 	Fruta	Fruta
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Arroz con champiñón, calabacín y guisante 	Espirales con York y queso 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Crema de zanahoria, puerro y patata 	Sopa casera de cocido con huesos de ternera y de jamón con fideos 
Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín a la plancha 	Palometa al horno con tomate natural 	Albóndigas caseras de cerdo con verduras (zanahoria, calabacín y cebolla) con champi 	Merluza al horno con ensalada de lechuga 	Cocido completo con garbanzos, pollo, patata y morcillo de ternera 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 	Fruta
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Espaguetis con nata, bacon, queso cebolla 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Patatas a la riojana (patatas, tomate, pimienta) 	Brócoli con bechamel 	
Palometa al horno con piña a la plancha 	Chuleta de Sajonia con pisto (pimiento rojo, verde y cebolla) 	Lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y tomate 	Ventresca de merluza a la romana con ensalada de lechuga y cebolla 	
Fruta	Yogur de sabores Fruta 	Fruta fresca	Fruta	
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Crema de calabaza	Guisantes con bacon 	Espaguetis con chorizo 	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla 	Arroz con guisante, calabacín y zanahoria 
Merluza al horno con ensalada de lechuga 	Estofado de ternera guisada con zanahoria, cebolla y patatas dado 	Limanda al horno con lechuga iceberg 	Lomo de cerdo en salsa de cebolla y zanahoria con ensalada de lechuga y tomate 	Huevos fritos con tomate natural 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Sopa de pollo con fideos 	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla 	Pasta de caracol con tomate 		
Tortilla de patata con rodaja de tomate natural 	Lomo adobado de cerdo a la plancha con calabacín al horno 	Fogonero al horno con ensalada de lechuga y tomate 		
Fruta fresca de temporada	Fruta	Fruta		
En todos los menus se incluye Agua y pan.				

LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FIESTA LOCAL		Macarrones con tomate (*)	Lentejas con verduras	Crema de calabacín y calabaza
		Limanda al horno al limón con ensalada de lechuga y tomate	Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas	Bacalao al horno con ensalada de lechuga y tomate
		Yogur de sabores Fruta	Fruta	Fruta
				Pan integral
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Arroz con champiñón, calabacín y guisante	Macarrones con tomate (*)	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Crema de zanahoria, puerro y patata	Sopa casera de verduras con fideos (*)
Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín a la plancha	Palometa al horno con tomate natural	Cinta de lomo de cerdo asada con champiñón salteado	Merluza al horno con ensalada de lechuga	Cocido de garbanzos con verduras (*)
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores	Fruta
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Espaguetis con tomate (*)	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Patatas a la riojana (patatas, tomate, pimiento)	Brócoli con patata	
Palometa al horno con piña a la plancha	Chuleta de Sajonia con pisto (pimiento rojo, verde y cebolla)	Lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y tomate	Merluza al horno en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y cebolla	
Fruta	Yogur de sabores Fruta	Fruta fresca	Fruta	
			Pan integral	
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Crema de calabaza	Guisantes con bacon	Espaguetis con tomate (*)	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria
Merluza al horno con ensalada de lechuga	Estofado de ternera guisada con zanahoria, cebolla y patatas dado	Limanda al horno con lechuga iceberg	Lomo de cerdo en salsa de cebolla y zanahoria con ensalada de lechuga y tomate	Chuleta de pavo a la plancha con tomate natural
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
				Pan integral
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Sopa casera de pollo con fideos (*)	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla	Macarrones con tomate (*)		
Contramuslo de pollo asado en su jugo con rodaja de tomate natural	Lomo adobado de cerdo a la plancha con calabacín al horno	Fogonero al horno con ensalada de lechuga y tomate		
Fruta fresca de temporada	Fruta	Fruta		
En todos los menus se incluye Agua y pan.				

ALERGIA HUEVO, FRUTOS DE CASCARA Y PIEL DE FRUTA



LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FIESTA LOCAL		Macarrones con tomate (*)	Lentejas con verduras	Crema de calabacín y calabaza
				
		Limanda al horno al limón con ensalada de lechuga y tomate	Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas	Bacalao al horno con ensalada de lechuga y tomate
				
		Yogur natural Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada
				
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Arroz con champiñón, calabacín y guisante	Macarrones con tomate (*)	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Crema de zanahoria, puerro y patata	Sopa casera de verduras con fideos (*)
				
Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín a la plancha	Palometa al horno con tomate natural	Cinta de lomo de cerdo asada con champiñón salteado	Merluza al horno con ensalada de lechuga	Cocido de garbanzos con verduras (*)
				
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Yogur natural	Fruta fresca apta pelada
				
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Espaguetis con tomate (*)	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Patatas a la riojana (patatas, tomate, pimienta)	Brócoli con patata	
				
Palometa al horno con piña a la plancha	Chuleta de Sajonia con pisto (pimiento rojo, verde y cebolla)	Lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y tomate	Merluza al horno en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga v cebolla	
				
Fruta fresca apta pelada	Yogur natural Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	
				
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Crema de calabaza	Guisantes con bacon	Espaguetis con tomate (*)	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria
				
Merluza al horno con ensalada de lechuga	Estofado de ternera guisada con zanahoria, cebolla y patatas dado	Limanda al horno con lechuga iceberg	Lomo de cerdo en salsa de cebolla y zanahoria con ensalada de lechuga v tomate	Chuleta de pavo a la plancha con tomate natural
				
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Sopa casera de pollo con fideos (*)	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla	Macarrones con tomate (*)		
				
Contramuslo de pollo asado en su jugo con rodaja de tomate natural	Lomo adobado de cerdo a la plancha con calabacín al horno	Fogonero al horno con ensalada de lechuga y tomate		
				
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada		
En todos los menus se incluye Agua y pan.				



COLEGIO SAN JOSE
NOVIEMBRE 2022
ALERGIA HUEVO, PESCADO,
FRUTA, FRUTOS DE CASCARA Y PIEL DE FRUTA

Diplomada en Nutrición y
Dietética Pilar Álvarez Ruiz



LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FIESTA LOCAL		Macarrones con tomate (*)	Lentejas con verduras	Crema de calabacín y calabaza
		Lomo de cerdo asado con ensalada de lechuga y tomate	Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas	Patatas guisadas con carne de cerdo con ensalada de lechuga y tomate
		Yogur natural Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Arroz con champiñón, calabacín y guisante	Macarrones con tomate (*)	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Crema de zanahoria, puerro y patata	Sopa casera de verduras con fideos (*)
Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín a la plancha	Pechuga de pavo asada con tomate natural	Cinta de lomo de cerdo asada con champiñón salteado	Jamoncito de pollo asado con patatas con ensalada de lechuga	Cocido de garbanzos con verduras (*)
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Yogur natural	Fruta fresca apta pelada
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Espaguetis con tomate (*)	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro	Patatas a la riojana (patatas, tomate, pimienta)	Brócoli con patata	
Pechuga de pollo en salsa jardinera	Chuleta de Sajonia con pisto (pimiento rojo, verde y cebolla)	Lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y tomate	Garbanzos estofados con espinaca, zanahoria, patata y cebolla	
Fruta fresca apta pelada	Yogur natural Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Crema de calabaza	Guisantes con bacon	Espaguetis con tomate (*)	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria
Patatas guisadas con carne de cerdo con ensalada de lechuga	Estofado de ternera guisada con zanahoria, cebolla y patatas dadas	Jamoncito de pollo a la jardinera con lechuga iceberg	Lomo de cerdo en salsa de cebolla y zanahoria con ensalada de lechuga y tomate	Chuleta de pavo a la plancha con tomate natural
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Sopa casera de pollo con fideos (*)	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla	Macarrones con tomate (*)		
Contramuslo de pollo asado en su jugo con rodaja de tomate natural	Lomo adobado de cerdo a la plancha con calabacín al horno	Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga y tomate		
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada		
En todos los menus se incluye Agua y pan.				

Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.

LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FIESTA LOCAL		Macarrones con tomate 	Lentejas con verduras  	Crema de calabacín y calabaza (*)
		Limanda al horno al limón con ensalada de lechuga y tomate    	Lomo de cerdo asado con patatas fritas 	Bacalao a la romana con huevo y harina con ensalada de lechuga y tomate     
		Fruta	Fruta	Fruta
				Pan integral     
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Arroz con champiñón, calabacín y guisante  	Macarrones con tomate (*) 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro  	Crema de zanahoria (*)	Sopa casera de verduras con fideos   
Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín a la plancha 	Palometa al horno con tomate natural    	Cinta de lomo de cerdo asada con champiñón salteado 	Merluza al horno con ensalada de lechuga    	Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla) y huevo duro  
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Espaguetis con tomate (*)  	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro  	Patatas a la riojana (patatas, tomate, pimiento) 	Brócoli con patata 	
Palometa al horno con piña a la plancha    	Tortilla de jamón con pisto (pimiento rojo, verde y cebolla)  	Cinta de lomo de cerdo asada Ensalada de lechuga y tomate 	Ventresca de merluza a la romana con ensalada de lechuga y cebolla    	
Fruta	Fruta	Fruta fresca	Fruta	
			Pan integral    	
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Crema de calabaza	Guisantes con patatas dado  	Espaguetis con tomate  	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla  	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria  
Merluza al horno con ensalada de lechuga    	Estofado de ternera guisada con zanahoria, cebolla y patatas dado 	Limanda al horno con lechuga iceberg    	Lomo de cerdo en salsa de cebolla y zanahoria con ensalada de lechuga y tomate 	Huevos fritos con tomate natural 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
				Pan integral     
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Sopa de pollo con fideos    	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla  	Pasta de caracol con tomate (*)  		
Tortilla de patata con rodaja de tomate natural 	Filete de lomo de cerdo a la plancha con calabacín al horno 	Fogonero al horno con ensalada de lechuga y tomate    		
Fruta fresca de temporada	Fruta	Fruta		
En todos los menus se incluye Agua y pan.				

LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FIESTA LOCAL		Macarrones con tomate 	Garbanzos estofados con zanahoria, cebolla y ajo 	Crema de calabacín y calabaza 
		Limanda al horno al limón con ensalada de lechuga y tomate 	Hamburguesa casera mixta a la plancha con patatas fritas 	Bacalao a la romana con huevo y harina con ensalada de lechuga y tomate 
		Yogur de sabores Fruta 	Fruta	Fruta
				Pan integral 
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Arroz con champiñón, calabacín y guisante 	Espirales con York y queso 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Crema de zanahoria, puerro y patata 	Sopa casera de cocido con huesos de ternera y de jamón con fideos 
Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín a la plancha 	Palometa al horno con tomate natural 	Albóndigas caseras de cerdo con verduras (zanahoria, calabacín y cebolla) con champiñón salteado 	Merluza al horno con ensalada de lechuga 	Cocido completo con garbanzos, pollo, patata y morcillo de ternera 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 	Fruta
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Espaguetis con nata, bacon, queso cebolla 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Patatas a la riojana (patatas, tomate, pimiento) 	Brócoli con bechamel 	
Palometa al horno con piña a la plancha 	Chuleta de Sajonia con pisto (pimiento rojo, verde y cebolla) 	Lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y tomate 	Ventresca de merluza a la romana con ensalada de lechuga y cebolla 	
Fruta	Yogur de sabores Fruta 	Fruta fresca	Fruta	
			Pan integral 	
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Crema de calabaza	Guisantes con bacon 	Espaguetis con chorizo 	Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla) 	Arroz con guisante, calabacín y zanahoria 
Merluza al horno con ensalada de lechuga 	Estofado de ternera guisada con zanahoria, cebolla y patatas dado 	Limanda al horno con lechuga iceberg 	Lomo de cerdo en salsa de cebolla y zanahoria con ensalada de lechuga y tomate 	Huevos fritos con tomate natural 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
				Pan integral 
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Sopa de pollo con fideos 	Arroz con champiñón, guisante y zanahoria 	Pasta de caracol con tomate 		
Tortilla de patata con rodaja de tomate natural 	Lomo adobado de cerdo a la plancha con calabacín al horno 	Fogonero al horno con ensalada de lechuga y tomate 		
Fruta fresca de temporada	Fruta	Fruta		
En todos los menus se incluye Agua y pan.				

LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FIESTA LOCAL		Macarrones con tomate 	Lentejas con verduras 	Crema de calabacín y calabaza 
		Limanda al horno al limón con ensalada de lechuga y tomate 	Hamburguesa casera mixta a la plancha con patatas fritas 	Bacalao a la romana con huevo y harina con ensalada de lechuga y tomate 
		Yogur natural Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada
				Pan integral 
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Arroz con champiñón, calabacín y guisante 	Espirales con York y queso 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Crema de zanahoria, puerro y patata 	Sopa casera de cocido con huesos de ternera y de jamón con fideos 
Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín a la plancha 	Palometa al horno con tomate natural 	Albóndigas caseras de cerdo con verduras (zanahoria, calabacín y cebolla) con champiñón salteado 	Merluza al horno con ensalada de lechuga 	Cocido completo con garbanzos, pollo, patata y morcillo de ternera 
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Yogur natural 	Fruta fresca apta pelada
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Espaguetis con nata, bacon, queso cebolla 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Patatas a la riojana (patatas, tomate, pimiento) 	Brócoli con bechamel 	
Palometa al horno con piña a la plancha 	Chuleta de Sajonia con pisto (pimiento rojo, verde y cebolla) 	Lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y tomate 	Ventresca de merluza a la romana con ensalada de lechuga y cebolla 	
Fruta fresca apta pelada	Yogur natural Fruta fresca apta pelada 	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	
			Pan integral 	
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Crema de calabaza	Guisantes con bacon 	Espaguetis con chorizo 	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla 	Arroz con guisante, calabacín y zanahoria 
Merluza al horno con ensalada de lechuga 	Estofado de ternera guisada con zanahoria, cebolla y patatas dado 	Limanda al horno con lechuga iceberg 	Lomo de cerdo en salsa de cebolla y zanahoria con ensalada de lechuga y tomate 	Huevos fritos con tomate natural 
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada
				Pan integral 
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Sopa de pollo con fideos 	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla 	Pasta de caracol con tomate 		
Tortilla de patata con rodaja de tomate natural 	Lomo adobado de cerdo a la plancha con calabacín al horno 	Fogonero al horno con ensalada de lechuga y tomate 		
Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada	Fruta fresca apta pelada		
En todos los menus se incluye Agua y pan.				

COLEGIO SAN JOSE

NOVIEMBRE 2022 - ALERGIA PESCADO



LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FIESTA LOCAL		Macarrones con tomate 	Lentejas con verduras 	Crema de calabacín y calabaza 
		Lomo de cerdo asado con ensalada de lechuga y tomate 	Hamburguesa casera mixta a la plancha con patatas fritas 	Patatas guisadas con carne de cerdo con ensalada de lechuga y tomate 
		Yogur de sabores Fruta 	Fruta	Fruta
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Arroz con champiñón, calabacín y guisante 	Espirales con York y queso 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Crema de zanahoria, puerro y patata 	Sopa casera de cocido con huesos de ternera y de jamón con fideos 
Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín a la plancha 	Pechuga de pavo asada con tomate natural 	Albóndigas caseras de cerdo con verduras (zanahoria, calabacín y cebolla) con champi 	Jamoncito de pollo asado con patatas con ensalada de lechuga 	Cocido completo con garbanzos, pollo, patata y morcillo de ternera 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 	Fruta
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Espaguetis con nata, bacon, queso cebolla 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Patatas a la riojana (patatas, tomate, pimienta) 	Brócoli con bechamel 	
Pechuga de pollo en salsa jardinera con piña a la plancha 	Chuleta de Sajonia con pisto (pimiento rojo, verde y cebolla) 	Lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y tomate 	Tortilla de patata con ensalada de lechuga y cebolla 	
Fruta	Yogur de sabores Fruta 	Fruta fresca	Fruta	
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Crema de calabaza	Guisantes con bacon 	Espaguetis con chorizo 	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla 	Arroz con guisante, calabacín y zanahoria 
Patatas guisadas con carne de cerdo con ensalada de lechuga 	Estofado de ternera guisada con zanahoria, cebolla y patatas dado 	Jamoncito de pollo a la jardinera con lechuga iceberg 	Lomo de cerdo en salsa de cebolla y zanahoria con ensalada de lechuga y tomate 	Huevos fritos con tomate natural 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Sopa de pollo con fideos 	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla 	Pasta de caracol con tomate 		
Tortilla de patata con rodaja de tomate natural 	Lomo adobado de cerdo a la plancha con calabacín al horno 	Filete de ternera a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 		
Fruta fresca de temporada	Fruta	Fruta		
En todos los menus se incluye Agua y pan.				

LUNES 31	MARTES 1	MIERCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FIESTA LOCAL		Judías verdes con patata y zanahoria 	Lentejas con verduras 	Crema de calabacín y calabaza 
		Limanda al horno al limón con ensalada de lechuga y tomate 	Hamburguesa casera mixta a la plancha con ensalada de tomate 	Bacalao a la romana con huevo y harina con ensalada de lechuga y tomate 
		Yogur de sabores Fruta 	Fruta	Fruta
				Pan integral 
LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Acelgas con patata y zanahoria 	Guisantes con jamón y zanahoria 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Crema de zanahoria, puerro y patata 	Sopa casera de cocido con huesos de ternera y de jamón con fideos 
Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín a la plancha 	Palometa al horno con tomate natural 	Albóndigas caseras de cerdo con verduras (zanahoria, calabacín y cebolla) con champiñón salteado 	Merluza al horno con ensalada de lechuga 	Cocido de garbanzos con verduras (espinaca, cebolla) y huevo duro 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 	Fruta
LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Crema de calabacín	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Patatas guisadas con verduras (zanahoria, calabacín, cebolla, nimiento) 	Brócoli con bechamel 	
Palometa al horno con piña a la plancha 	Chuleta de Sajonia con pisto (pimiento rojo, verde y cebolla) 	Lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y tomate 	Ventresca de merluza a la romana con ensalada de lechuga y cebolla 	
Fruta	Yogur de sabores Fruta 	Fruta fresca	Fruta	
			Pan integral 	
LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Crema de calabaza	Guisantes con bacon 	Judías verdes con patata y zanahoria 	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla 	Crema de zanahoria 
Merluza al horno con ensalada de lechuga 	Estofado de ternera guisada con zanahoria, cebolla y patatas dado 	Limanda al horno con lechuga iceberg 	Lomo de cerdo en salsa de cebolla y zanahoria con ensalada de lechuga y tomate 	Huevos fritos con tomate natural 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
				Pan integral 
LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Sopa de pollo con fideos 	Lentejas con zanahoria, patata y cebolla 	Crema de calabaza 		
Tortilla de patata con rodaja de tomate natural 	Lomo adobado de cerdo a la plancha con calabacín al horno 	Fogonero al horno con ensalada de lechuga y tomate 		
Fruta fresca de temporada	Fruta	Fruta		
En todos los menus se incluye Agua y pan.				

LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FIESTA LOCAL		Macarrones con tomate 	Garbanzos con verduras 	Crema de calabacín y calabaza 
		Limanda al horno al limón con ensalada de lechuga y tomate 	Hamburguesa casera mixta a la plancha con patatas fritas 	Bacalao a la romana con huevo y harina con ensalada de lechuga y tomate 
		Yogur de sabores Fruta 	Fruta	Fruta
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Arroz con champiñón, calabacín y guisante 	Espirales con York y queso 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Crema de zanahoria, puerro y patata 	Sopa casera de cocido con huesos de ternera y de jamón con fideos 
Filete de contramuslo de pollo a la plancha con calabacín a la plancha 	Palometa al horno con tomate natural 	Albóndigas caseras de cerdo con verduras (zanahoria, calabacín y cebolla) con champi 	Merluza al horno con ensalada de lechuga 	Cocido completo con garbanzos, pollo, patata y morcillo de ternera 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 	Fruta
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Espaguetis con nata, bacon, queso cebolla 	Alubias blancas estofadas con patata, zanahoria, ajo, cebolla y puerro 	Patatas a la riojana (patatas, tomate, pimienta) 	Brócoli con bechamel 	
Palometa al horno con piña a la plancha 	Chuleta de Sajonia con pisto (pimiento rojo, verde y cebolla) 	Lomo adobado al horno Ensalada de lechuga y tomate 	Ventresca de merluza a la romana con ensalada de lechuga y cebolla 	
Fruta	Yogur de sabores Fruta 	Fruta fresca	Fruta	
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Crema de calabaza	Guisantes con bacon 	Espaguetis con chorizo 	Alubias blancas con zanahoria, patata y cebolla 	Arroz con guisante, calabacín y zanahoria 
Merluza al horno con ensalada de lechuga 	Estofado de ternera guisada con zanahoria, cebolla y patatas dado 	Limanda al horno con lechuga iceberg 	Lomo de cerdo en salsa de cebolla y zanahoria con ensalada de lechuga y tomate 	Huevos fritos con tomate natural 
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 1	VIERNES 2
Sopa de pollo con fideos 	Garbanzos con zanahoria, patata y cebolla 	Macarrones con tomate (*)		
Tortilla de patata con rodaja de tomate natural 	Lomo adobado de cerdo a la plancha con calabacín al horno 	Fogonero al horno con ensalada de lechuga y tomate 		
Fruta fresca de temporada	Fruta	Fruta		
En todos los menus se incluye Agua y pan apto celiaco.				