

DICIEMBRE 24

Menú NORMAL

		Primer plato	Segundo plato	Postres	Cena alternativa
LU	2	ARROZ CON VERDURAS <small>Soja, apio</small>	HUEVOS FRITOS CON ENSALADA <small>Huevos</small>	YOGURT <small>Lácteos</small>	Pescado a la planxa con salteado de verduras
MA	3	PASTA CON POMMODORO <small>Gluten</small>	HAMBURGUESA CON ENSALADA	FRUTA	Tacos con guacamole y salmón
MIE	4	SOPA <small>Gluten, apio y soja</small>	JUDÍAS CON PATATAS Y HUEVO <small>Huevo</small>	COCA <small>Gluten, lácteos y huevo</small>	Verdures al vapor con patata y huevo
JU	5	POTAJE DE GARBANZOS	CROQUETAS DE PESCADO CON VERDURAS <small>Gluten, huevo, pescado, soja</small>	FRUTA	Pa amb oli con tortilla francesa y ensalada
VI	6	CREMA DE CALABAZA <small>Gluten, apio</small>	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA <small>Huevo</small>	FRUTA	Crema de champiñones con sardinillas y arroz
LU	9	POTAJE DE LENTEJAS <small>Soja, apio, gluten</small>	ESCALOPE CON PATATAS FRITAS <small>Lácteos, huevos y gluten</small>	FRUTA	Revuelto de espinacas, pasas, piñones y huevo con pan
MA	10	PASTA CON SALSA DE QUESO <small>Gluten, lácteos</small>	TORTILLA FRANCESA CON VERDURAS <small>Huevo, Huevos</small>	YOGURT <small>Lácteos</small>	Ensalada con queso, nueces, tomate, zanahoria y maíz
MIE	11	ARROZ CON VERDURAS <small>Soja, apio</small>	HUEVOS A LA PLANCHA CON ENSALADA <small>Huevo</small>	FRUTA	Wok de setas, calabacín y pollo con puré de patata
JU	12	SOPA <small>Soja, gluten, apio</small>	HERVIDO DE POLLO	FRUTA	Pescado a la plancha con salteado de verduras
VI	13	CREMA DE ALUBIAS	RAOLAS DE MERLUZA CON ENSALADA <small>Pescado, huevo</small>	GELATINA <small>Lácteos</small>	Falafel casero con salsa de yogur y ensalada
LU	16	PASTA BOLOÑESA <small>Gluten</small>	SALCHICAS CON ENSALADA	FRUTA	Tortilla de patata con ensalada
MA	17	POTAJE DE LENTEJAS	PATATAS, JUDÍAS Y HUEVO <small>Huevo</small>	FRUTA	Verduras salteadas con salmón a la plancha
MIE	18	SOPA <small>Soja, gluten, apio</small>	PESCADO AL HORNO CON ENSALADA <small>Pescado</small>	CREMA CATALANA <small>Lácteos</small>	Pa amb oli con tomate aliñado y queso fresco
JU	19	CREMA DE VERDURAS <small>Soja, apio</small>	ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATA COCIDA <small>Gluten, lácteos, soja, apio</small>	FRUTA	Revuelto de setas, cebolla y huevo con pan integral
VI	20	ARROZ A LA CUBANA <small>Huevos</small>	CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA <small>Lácteos, gluten, huevos</small>	FRUTA <small>Lácteos</small>	Pizza casera con calabacín, queso mozzarella y tomate
LU	23	CANELONES DE ESPINACAS <small>Gluten, lácteos</small>	TORTILLA FRANCESA CON VERDURAS AL HORNO <small>Huevos</small>	FRUTA <small>Lácteos</small>	Pollo a la plancha con patatas y ensalada
MA	24	CREMA DE GARBANZOS	HAMBURGUESA CON VERDURAS EN TEMPURA <small>Gluten, lácteos</small>	FRUTA	Revuelto de setas, cebolla y huevo con pan integral
MIE	25	ARROZ TRES DELICIAS CON HUEVO <small>Huevo</small>	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA <small>Huevo</small>	YOGURT	Milhojas relleno de espinacas y queso feta
JU	26	CREMA DE CALABAZA <small>Soja, apio</small>	PESCADO AL HORNO CON PATATAS <small>Patatas, huevos, gluten</small>	FRUTA	Hamburguesa con pan lechuga, queso y tomate
VI	27	POTAJE DE LENTEJAS	CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA <small>Lácteos, huevos, gluten</small>	FRUTA <small>Lácteos</small>	Pizza casera con calabacín, queso mozzarella y tomate
LU	30	PAELLA MIXTA	HUEVOS A LA PLANCHA CON VERDURAS AL HORNO <small>Huevo</small>	FRUTA	Pescado a la plancha con salteado de verduras
MA	31	ENSALADILLA RUSA <small>Trigo, soja, lácteos, apio</small>	PESCADO AL HORNO CON ENSALADA <small>Pescado</small>	FRUTA <small>Lácteos</small>	Falafel casero con salsa de yogur y ensalada



*Menú revisiat i aprovat per la Dietista-Nutricionista Rosa Riera n° col. IB00197 d'acord amb el document concens sobre alimentació en els centres educatius de 21/07/10 i el BOIB.
A cada menú hi trobareu els al·lèrgens que hi ha.

