C.E.I.P. LA RAMBLA

MENÚ ABRIL

MENÚ BASAL

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA	2	3	4	5
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
8	9	10	11	12
VACACIONES	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Crema de zanahoria y manzana • Pan pizza york y queso • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria • Arroz al horno con magro y embutidos • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y lombarda y zanahoria • Olleta alicantina de legumbres con arroz • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de col, tomate, y aceitunas • Guisantes con cebolla y bacon • Tortilla francesa • Pan blanco o integral • Yogur
15	16	17	18	19
• Ensalada de col, tomate y aceituna • Espaguettis con verduras y salsa de soja • Lomo a la naranja • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Crudités de pepino y zanahoria • Crema de zanahoria y manzana con picatostes (opcional) • Croquetas y chips de boniato y patata • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y tomate • Arroz blanco con salsa casera de tomate • Longanizas al horno • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, tomate y maíz • Lentejas con chorizo • Tortilla de cebolla • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Sopa de sémola de arroz en caldo de ave • Bacaladilla a la andaluza • Pan blanco o integral • Fruta de temporada
22	23	24	25	26
• Ensalada de lechuga, tomate y pepino • Arroz 3 delicias • Rollitos gratinados de jamón cocido y queso • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Lentejas con verduras • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria • Crema de verduras y legumbres • Hamburguesa plancha con patatas • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, pepino, atún • Gazpachos con pollo • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Guisado de magro y verdura • Calamar a la romana • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada
29	30			
• Ensalada de lechuga, tomate y cebolla tierna • Garbanzos con acelgas y boniato • Tortilla francesa con queso • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Arròs amb fesols y naps • Lasaña de calabacín con boloñesa vegetal • Pan blanco o integral • Natillas caseras			

TO DE PROXIMIDAD, SANO Y CERCANO.
LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE PAN BLANCO O INTEGRAL, A ELECCIÓN DE LOS ALUMNOS.

LAS CENAS SON ORIENTATIVAS, NO ESTÁN ADAPTADAS A NINGÚN TIPO DE ALERGIA O INTOLERANCIA.

T-Cuida

CERTIFICADO ISO 22000 CERTIFICADO ISO 9001

22 ABRIL
DÍA DE LA TIERRA

LA TIERRA ES NUESTRA CASA, ¡VAMOS A CUIDARLA!

- USA ENVASES REUTILIZABLES
- LLEVA TUS BOLSAS A LA COMPRA
- RECICLA LA ROPA QUE YA NO USES.
- NO TIRES LA COMIDA Y USA TU CREATIVIDAD PARA CREAR OTROS PLATOS CON LAS SOBRAS.
- DONA JUGUETES.
- DEPOSITA CADA COSA EN SU CONTENEDOR.

T-Cuida Catering APP
Control comedores escolares
OBTENER

CÓDIGO CENTRO: 1221

¿QUIERES APRENDER MÁS SOBRE ALIMENTACIÓN Y AMPLIAR TU RECETARIO? ¡SÍGUENOS EN REDES SOCIALES!

@tcuidaalimentaria

@tcuidaalimentaria

www.tcuidaalimentaria.com

www.tcuidaalimentaria.com Administración: C/ Pintor Xavier Soler, 6. 03015 Alicante. Tel. 965049666 - hola@tcuidacatering.com

C.E.I.P. LA RAMBLA

MENÚ ABRIL

MENÚ BASAL sin carne

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA	2	3	4	5
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
8	9	10	11	12
VACACIONES	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Crema de zanahoria y manzana • Pan pizza de verduras y queso • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria • Arroz al horno con verduras • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y lombarda y zanahoria • Olleta alicantina de legumbres con arroz • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de col, tomate, y aceitunas • Guisantes con cebolla • Tortilla francesa • Pan blanco o integral • Yogur
15	16	17	18	19
• Ensalada de col, tomate y aceituna • Espaguettis con verduras y salsa de soja • Pescado a la naranja • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Crudités de pepino y zanahoria • Crema de zanahoria y manzana con picatostes (opcional) • Tortilla de atún y chips de boniato y patata • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y tomate • Arroz blanco con salsa casera de tomate • Pescado al horno • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, tomate y maíz • Lentejas con verduras • Tortilla de cebolla • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Sopa de sémola de arroz en caldo de verduras • Bacaladilla a la andaluza • Pan blanco o integral • Fruta de temporada
22	23	24	25	26
• Ensalada de lechuga, tomate y pepino • Arroz 3 delicias • Rollitos gratinados de queso • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Lentejas con verduras • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria • Crema de verduras y legumbres • Hamburguesa plancha con patatas • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, pepino, atún • Gazpachos con pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Guisado de hortalizas y verduras • Calamar a la romana • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada
29	30			
• Ensalada de lechuga, tomate y cebolla tierna • Garbanzos con acelgas y boniato • Tortilla francesa con queso • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Arròs amb fesols y naps • Lasaña de calabacín con boloñesa vegetal • Pan blanco o integral • Natillas caseras			

TO DE PROXIMIDAD, SANO Y CERCANO.
LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE PAN BLANCO O INTEGRAL, A ELECCIÓN DE LOS ALUMNOS.

LAS CENAS SON ORIENTATIVAS, NO ESTÁN ADAPTADAS A NINGÚN TIPO DE ALERGIA O INTOLERANCIA.

T-Cuida

CERTIFICADO ISO 22000 CERTIFICADO ISO 9001

22 ABRIL
DÍA DE LA TIERRA

LA TIERRA ES NUESTRA CASA, ¡VAMOS A CUIDARLA!

- USA ENVASES REUTILIZABLES
- LLEVA TUS BOLSAS A LA COMPRA
- RECICLA LA ROPA QUE YA NO USES.
- NO TIRES LA COMIDA Y USA TU CREATIVIDAD PARA CREAR OTROS PLATOS CON LAS SOBRAS.
- DONA JUGUETES.
- DEPOSITA CADA COSA EN SU CONTENEDOR.

T-Cuida Catering APP
Control comedores escolares
OBTENER

CÓDIGO CENTRO: 1221

¿QUIERES APRENDER MÁS SOBRE ALIMENTACIÓN Y AMPLIAR TU RECETARIO? ¡SÍGUENOS EN REDES SOCIALES!

@tcuidaalimentaria

@tcuidaalimentaria

www.tcuidaalimentaria.com

www.tcuidaalimentaria.com Administración: C/ Pintor Xavier Soler, 6. 03015 Alicante. Tel. 965049666 - hola@tcuidacatering.com

C.E.I.P. LA RAMBLA

MENÚ ABRIL

MENÚ BASAL sin cerdo

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA	2	3	4	5
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
8	9	10	11	12
VACACIONES	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Crema de zanahoria y manzana • Pan pizza pechuga de pavo y queso • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria • Arroz al horno con verduras • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y lombarda y zanahoria • Olleta alicantina de legumbres con arroz • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de col, tomate, y aceitunas • Guisantes con cebolla • Tortilla francesa • Pan blanco o integral • Yogur
15	16	17	18	19
• Ensalada de col, tomate y aceituna • Espaguettis con verduras y salsa de soja • Tortilla de atún • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Crudités de pepino y zanahoria • Crema de zanahoria y manzana con picatostes (opcional) • Croquetas y chips de boniato y patata • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y tomate • Arroz blanco con salsa casera de tomate • Pollo al horno • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, tomate y maíz • Lentejas con verduras • Tortilla de cebolla • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Sopa de sémola de arroz en caldo de ave • Bacaladilla a la andaluza • Pan blanco o integral • Fruta de temporada
22	23	24	25	26
• Ensalada de lechuga, tomate y pepino • Arroz 3 delicias (guisantes, huevo y zanahoria) • Rollitos gratinados de pechuga de pavo y queso • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Lentejas con verduras • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria • Crema de verduras y legumbres • Hamburguesa de pollo plancha con patatas • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, pepino, atún • Gazpachos con pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Guisado de hortalizas y verduras • Calamar a la romana • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada
29	30			
• Ensalada de lechuga, tomate y cebolla tierna • Garbanzos con acelgas y boniato • Tortilla francesa con queso • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Arròs amb fesols y naps • Lasaña de calabacín con boloñesa vegetal • Pan blanco o integral • Natillas caseras			

TO DE PROXIMIDAD, SANO Y CERCANO.
LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE PAN BLANCO O INTEGRAL, A ELECCIÓN DE LOS ALUMNOS.

LAS CENAS SON ORIENTATIVAS, NO ESTÁN ADAPTADAS A NINGÚN TIPO DE ALERGIA O INTOLERANCIA.

T-Cuida

CERTIFICADO ISO 22000 CERTIFICADO ISO 9001

22 ABRIL
DÍA DE LA TIERRA

LA TIERRA ES NUESTRA CASA, ¡VAMOS A CUIDARLA!

- USA ENVASES REUTILIZABLES
- LLEVA TUS BOLSAS A LA COMPRA
- RECICLA LA ROPA QUE YA NO USES.
- NO TIRES LA COMIDA Y USA TU CREATIVIDAD PARA CREAR OTROS PLATOS CON LAS SOBRAS.
- DONA JUGUETES.
- DEPOSITA CADA COSA EN SU CONTENEDOR.

T-Cuida Catering APP
Control comedores escolares
OBTENER

CÓDIGO CENTRO: 1221

¿QUIERES APRENDER MÁS SOBRE ALIMENTACIÓN Y AMPLIAR TU RECETARIO? ¡SÍGUENOS EN REDES SOCIALES!

@tcuidaalimentaria

@tcuidaalimentaria

www.tcuidaalimentaria.com

www.tcuidaalimentaria.com Administración: C/ Pintor Xavier Soler, 6. 03015 Alicante. Tel. 965049666 - hola@tcuidacatering.com

C.E.I.P. LA RAMBLA

MENÚ ABRIL

MENÚ BASAL F. SECOS, PIÑA, F. CON PELO (MELOCOTÓN, ALBARICOQUE, NECTARINA, KIWI)

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA	2	3	4	5
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
8	9	10	11	12
VACACIONES	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Crema de zanahoria y manzana • Pan pizza york y queso • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria • Arroz al horno con magro y embutidos • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y lombarda y zanahoria • Olleta alicantina de legumbres con arroz • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de col, tomate, y aceitunas • Guisantes con cebolla y bacon • Tortilla francesa • Pan blanco o integral • Yogur
15	16	17	18	19
• Ensalada de col, tomate y aceituna • Espaguettis con verduras y salsa de soja • Lomo a la naranja • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Crudités de pepino y zanahoria • Crema de zanahoria y manzana con picatostes (opcional) • Croquetas y chips de boniato y patata • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y tomate • Arroz blanco con salsa casera de tomate • Longanizas al horno • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, tomate y maíz • Lentejas con chorizo • Tortilla de cebolla • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Sopa de sémola de arroz en caldo de ave • Bacaladilla a la andaluza • Pan blanco o integral • Fruta de temporada
22	23	24	25	26
• Ensalada de lechuga, tomate y pepino • Arroz 3 delicias • Rollitos gratinados de jamón cocido y queso • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Lentejas con verduras • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria • Crema de verduras y legumbres • Hamburguesa plancha con patatas • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, pepino, atún • Gazpachos con pollo • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Guisado de magro y verdura • Calamar a la romana • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada
29	30			
• Ensalada de lechuga, tomate y cebolla tierna • Garbanzos con acelgas y boniato • Tortilla francesa con queso • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Arròs amb fesols y naps • Lasaña de calabacín con boloñesa vegetal • Pan blanco o integral • Natillas caseras			

TO DE PROXIMIDAD, SANO Y CERCANO.
LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE PAN BLANCO O INTEGRAL, A ELECCIÓN DE LOS ALUMNOS.

LAS CENAS SON ORIENTATIVAS, NO ESTÁN ADAPTADAS A NINGÚN TIPO DE ALERGIA O INTOLERANCIA.

T-Cuida

CERTIFICADO ISO 22000 CERTIFICADO ISO 9001

22 ABRIL
DÍA DE LA TIERRA

LA TIERRA ES NUESTRA CASA, ¡VAMOS A CUIDARLA!

- USA ENVASES REUTILIZABLES
- LLEVA TUS BOLSAS A LA COMPRA
- RECICLA LA ROPA QUE YA NO USES.
- NO TIRES LA COMIDA Y USA TU CREATIVIDAD PARA CREAR OTROS PLATOS CON LAS SOBRAS.
- DONA JUGUETES.
- DEPOSITA CADA COSA EN SU CONTENEDOR.

T-Cuida Catering APP
Control comedores escolares
OBTENER

CÓDIGO CENTRO: 1221

¿QUIERES APRENDER MÁS SOBRE ALIMENTACIÓN Y AMPLIAR TU RECETARIO? ¡SÍGUENOS EN REDES SOCIALES!

@tcuidaalimentaria

@tcuidaalimentaria

www.tcuidaalimentaria.com

C.E.I.P. LA RAMBLA

MENÚ ABRIL

MENÚ BASAL sin gluten

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA	2	3	4	5
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
8	9	10	11	12
VACACIONES	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Crema de zanahoria y manzana • Pan pizza sin gluten pechuga de pavo y queso • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria • Arroz al horno con magro y embutidos • Pan sin gluten • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y lombarda y zanahoria • Olleta alicantina de legumbres con arroz • Figuritas caseras de pescado • Pan sin gluten • Fruta de temporada	• Ensalada de col, tomate, y aceitunas • Guisantes con cebolla y bacon • Tortilla francesa • Pan sin gluten • Yogur
15	16	17	18	19
• Ensalada de col, tomate y aceituna • Pasta sin gluten con verduras y salsa de soja • Lomo a la naranja • Pan sin gluten • Fruta de temporada	• Crudités de pepino y zanahoria • Crema de zanahoria y manzana con picatostes (opcional) • Tortilla de atún y chips de boniato y patata • Pan sin gluten • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y tomate • Arroz blanco con salsa casera de tomate • Longanizas al horno • Pan sin gluten • Yogur	• Ensalada de lechuga, tomate y maíz • Lentejas con chorizo • Tortilla de cebolla • Pan sin gluten • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Sopa de sémola de arroz en caldo de ave • Bacaladilla a la andaluza • Pan sin gluten • Fruta de temporada
22	23	24	25	26
• Ensalada de lechuga, tomate y pepino • Arroz 3 delicias • Rollitos gratinados de jamón cocido y queso • Pan sin gluten • Fruta de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Lentejas con verduras • Figuritas caseras de pescado • Pan sin gluten • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria • Crema de verduras y legumbres • Hamburguesa plancha con patatas • Pan sin gluten • Yogur	Ensalada de lechuga, pepino, atún • Arroz con pollo • Pan sin gluten • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Guisado de magro y verdura • Abadejo rebozado • Pan sin gluten • Fruta fresca de temporada
29	30			
• Ensalada de lechuga, tomate y cebolla tierna • Garbanzos con acelgas y boniato • Tortilla francesa con queso • Pan sin gluten • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Arròs amb fesols y naps • Lasaña de calabacín con boloñesa vegetal • Pan sin gluten • Natillas caseras			

TO DE PROXIMIDAD, SANO Y CERCANO.
LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE PAN BLANCO O INTEGRAL, A ELECCIÓN DE LOS ALUMNOS.

LAS CENAS SON ORIENTATIVAS, NO ESTÁN ADAPTADAS A NINGÚN TIPO DE ALERGIA O INTOLERANCIA.

T-Cuida

CERTIFICADO ISO 22000 CERTIFICADO ISO 9001

22 ABRIL
DÍA DE LA TIERRA

LA TIERRA ES NUESTRA CASA, ¡VAMOS A CUIDARLA!

- USA ENVASES REUTILIZABLES
- LLEVA TUS BOLSAS A LA COMPRA
- RECICLA LA ROPA QUE YA NO USES.
- NO TIRES LA COMIDA Y USA TU CREATIVIDAD PARA CREAR OTROS PLATOS CON LAS SOBRAS.
- DONA JUGUETES.
- DEPOSITA CADA COSA EN SU CONTENEDOR.

T-Cuida Catering APP
Control comedores escolares
OBTENER

CÓDIGO CENTRO: 1221

¿QUIERES APRENDER MÁS SOBRE ALIMENTACIÓN Y AMPLIAR TU RECETARIO? ¡SÍGUENOS EN REDES SOCIALES!

@tcuidaalimentaria

@tcuidaalimentaria

www.tcuidaalimentaria.com

www.tcuidaalimentaria.com Administración: C/ Pintor Xavier Soler, 6. 03015 Alicante. Tel. 965049666 - hola@tcuidacatering.com

C.E.I.P. LA RAMBLA

MENÚ ABRIL

MENÚ BASAL sin lactosa

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA	2	3	4	5
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
8	9	10	11	12
VACACIONES	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Crema de zanahoria y manzana • Pan pizza de tomate y pechuga de pavo • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria • Arroz al horno con magro y embutidos • Pan blanco • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y lombarda y zanahoria • Olleta alicantina de legumbres con arroz • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco • Fruta de temporada	• Ensalada de col, tomate, y aceitunas • Guisantes con cebolla y bacon • Tortilla francesa • Pan blanco • Yogur de soja
15	16	17	18	19
• Ensalada de col, tomate y aceituna • Espaguettis con verduras y salsa de soja • Lomo a la naranja • Pan blanco • Fruta de temporada	• Crudités de pepino y zanahoria • Crema de zanahoria y manzana con picatostes (opcional) • Tortilla de atún y chips de boniato y patata • Pan blanco • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y tomate • Arroz blanco con salsa casera de tomate • Longanizas al horno • Pan blanco • Yogur de soja	• Ensalada de lechuga, tomate y maíz • Lentejas con chorizo • Tortilla de cebolla • Pan blanco • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Sopa de sémola de arroz en caldo de ave • Bacaladilla a la andaluza • Pan blanco • Fruta de temporada
22	23	24	25	26
• Ensalada de lechuga, tomate y pepino • Arroz 3 delicias • Rollitos gratinados de pechuga de pavo • Pan blanco • Fruta de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Lentejas con verduras • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria • Crema de verduras y legumbres • Hamburguesa plancha con patatas • Pan blanco • Yogur de soja	• Ensalada de lechuga, pepino, atún • Arroz con pollo • Pan blanco • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Guisado de magro y verdura • Abadejo rebozado • Pan blanco • Fruta fresca de temporada
29	30			
• Ensalada de lechuga, tomate y cebolla tierna • Garbanzos con acelgas y boniato • Tortilla francesa con atún • Pan blanco • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Arròs amb fesols y naps • Lasaña de calabacín con boloñesa vegetal • Pan blanco • Yogur de soja			

TO DE PROXIMIDAD, SANO Y CERCANO.
LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE PAN BLANCO O INTEGRAL, A ELECCIÓN DE LOS ALUMNOS.

LAS CENAS SON ORIENTATIVAS, NO ESTÁN ADAPTADAS A NINGÚN TIPO DE ALERGIA O INTOLERANCIA.

T-Cuida

CERTIFICADO ISO 22000 CERTIFICADO ISO 9001

22 ABRIL
DÍA DE LA TIERRA

LA TIERRA ES NUESTRA CASA, ¡VAMOS A CUIDARLA!

- USA ENVASES REUTILIZABLES
- LLEVA TUS BOLSAS A LA COMPRA
- RECICLA LA ROPA QUE YA NO USES.
- NO TIRES LA COMIDA Y USA TU CREATIVIDAD PARA CREAR OTROS PLATOS CON LAS SOBRAS.
- DONA JUGUETES.
- DEPOSITA CADA COSA EN SU CONTENEDOR.

T-Cuida Catering APP
Control comedores escolares
OBTENER

CÓDIGO CENTRO: 1221

¿QUIERES APRENDER MÁS SOBRE ALIMENTACIÓN Y AMPLIAR TU RECETARIO? ¡SÍGUENOS EN REDES SOCIALES!

@tcuidaalimentaria

@tcuidaalimentaria

www.tcuidaalimentaria.com

C.E.I.P. LA RAMBLA

MENÚ ABRIL

MENÚ BASAL sin lentejas

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA	2	3	4	5
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
8	9	10	11	12
VACACIONES	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Crema de zanahoria y manzana • Pan pizza york y queso • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria • Arroz al horno con magro y embutidos • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y lombarda y zanahoria • Olleta de alubias con arroz • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de col, tomate, y aceitunas • Guisantes con cebolla y bacon • Tortilla francesa • Pan blanco o integral • Yogur
15	16	17	18	19
• Ensalada de col, tomate y aceituna • Espaguettis con verduras y salsa de soja • Lomo a la naranja • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Crudités de pepino y zanahoria • Crema de zanahoria y manzana con picatostes (opcional) • Croquetas y chips de boniato y patata • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y tomate • Arroz blanco con salsa casera de tomate • Longanizas al horno • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, tomate y maíz • Alubias con chorizo • Tortilla de cebolla • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Sopa de sémola de arroz en caldo de ave • Bacaladilla a la andaluza • Pan blanco o integral • Fruta de temporada
22	23	24	25	26
• Ensalada de lechuga, tomate y pepino • Arroz 3 delicias • Rollitos gratinados de jamón cocido y queso • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Alubias con verduras • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria • Crema de verduras y legumbres • Hamburguesa plancha con patatas • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, pepino, atún • Gazpachos con pollo • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Guisado de magro y verdura • Calamar a la romana • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada
29	30			
• Ensalada de lechuga, tomate y cebolla tierna • Garbanzos con acelgas y boniato • Tortilla francesa con queso • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Arròs amb fesols y naps • Lasaña de calabacín con boloñesa vegetal • Pan blanco o integral • Natillas caseras			

TO DE PROXIMIDAD, SANO Y CERCANO.
LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE PAN BLANCO O INTEGRAL, A ELECCIÓN DE LOS ALUMNOS.

LAS CENAS SON ORIENTATIVAS, NO ESTÁN ADAPTADAS A NINGÚN TIPO DE ALERGIA O INTOLERANCIA.

T-Cuida

CERTIFICADO ISO 22000 CERTIFICADO ISO 9001

22 ABRIL
DÍA DE LA TIERRA

LA TIERRA ES NUESTRA CASA, ¡VAMOS A CUIDARLA!

- USA ENVASES REUTILIZABLES
- LLEVA TUS BOLSAS A LA COMPRA
- RECICLA LA ROPA QUE YA NO USES.
- NO TIRES LA COMIDA Y USA TU CREATIVIDAD PARA CREAR OTROS PLATOS CON LAS SOBRAS.
- DONA JUGUETES.
- DEPOSITA CADA COSA EN SU CONTENEDOR.

T-Cuida Catering APP
Control comedores escolares
OBTENER

CÓDIGO CENTRO: 1221

¿QUIERES APRENDER MÁS SOBRE ALIMENTACIÓN Y AMPLIAR TU RECETARIO? ¡SÍGUENOS EN REDES SOCIALES!

@tcuidaalimentaria

@tcuidaalimentaria

www.tcuidaalimentaria.com

www.tcuidaalimentaria.com Administración: C/ Pintor Xavier Soler, 6. 03015 Alicante. Tel. 965049666 - hola@tcuidacatering.com

C.E.I.P. LA RAMBLA

MENÚ ABRIL

MENÚ BASAL sin mango

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA	2	3	4	5
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
8	9	10	11	12
VACACIONES	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Crema de zanahoria y manzana • Pan pizza york y queso • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria • Arroz al horno con magro y embutidos • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y lombarda y zanahoria • Olleta alicantina de legumbres con arroz • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de col, tomate, y aceitunas • Guisantes con cebolla y bacon • Tortilla francesa • Pan blanco o integral • Yogur
15	16	17	18	19
• Ensalada de col, tomate y aceituna • Espaguettis con verduras y salsa de soja • Lomo a la naranja • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Crudités de pepino y zanahoria • Crema de zanahoria y manzana con picatostes (opcional) • Croquetas y chips de boniato y patata • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y tomate • Arroz blanco con salsa casera de tomate • Longanizas al horno • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, tomate y maíz • Lentejas con chorizo • Tortilla de cebolla • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Sopa de sémola de arroz en caldo de ave • Bacaladilla a la andaluza • Pan blanco o integral • Fruta de temporada
22	23	24	25	26
• Ensalada de lechuga, tomate y pepino • Arroz 3 delicias • Rollitos gratinados de jamón cocido y queso • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Lentejas con verduras • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria • Crema de verduras y legumbres • Hamburguesa plancha con patatas • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, pepino, atún • Gazpachos con pollo • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Guisado de magro y verdura • Calamar a la romana • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada
29	30			
• Ensalada de lechuga, tomate y cebolla tierna • Garbanzos con acelgas y boniato • Tortilla francesa con queso • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Arròs amb fesols y naps • Lasaña de calabacín con boloñesa vegetal • Pan blanco o integral • Natillas caseras			

TO DE PROXIMIDAD, SANO Y CERCANO.
LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE PAN BLANCO O INTEGRAL, A ELECCIÓN DE LOS ALUMNOS.

LAS CENAS SON ORIENTATIVAS, NO ESTÁN ADAPTADAS A NINGÚN TIPO DE ALERGIA O INTOLERANCIA.

T-Cuida

CERTIFICADO ISO 22000 CERTIFICADO ISO 9001

22 ABRIL
DÍA DE LA TIERRA

LA TIERRA ES NUESTRA CASA, ¡VAMOS A CUIDARLA!

- USA ENVASES REUTILIZABLES
- LLEVA TUS BOLSAS A LA COMPRA
- RECICLA LA ROPA QUE YA NO USES.
- NO TIRES LA COMIDA Y USA TU CREATIVIDAD PARA CREAR OTROS PLATOS CON LAS SOBRAS.
- DONA JUGUETES.
- DEPOSITA CADA COSA EN SU CONTENEDOR.

T-Cuida Catering APP
Control comedores escolares
OBTENER

CÓDIGO CENTRO: 1221

¿QUIERES APRENDER MÁS SOBRE ALIMENTACIÓN Y AMPLIAR TU RECETARIO? ¡SÍGUENOS EN REDES SOCIALES!

@tcuidaalimentaria

@tcuidaalimentaria

www.tcuidaalimentaria.com

www.tcuidaalimentaria.com Administración: C/ Pintor Xavier Soler, 6. 03015 Alicante. Tel. 965049666 - hola@tcuidacatering.com

C.E.I.P. LA RAMBLA

MENÚ ABRIL

MENÚ BASAL sin pollo, sin pavo, sin derivados

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA	2	3	4	5
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
8	9	10	11	12
VACACIONES	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Crema de zanahoria y manzana • Pan pizza york y queso • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria • Arroz al horno con magro y embutidos • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y lombarda y zanahoria • Olleta alicantina de legumbres con arroz • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de col, tomate, y aceitunas • Guisantes con cebolla y bacon • Tortilla francesa • Pan blanco o integral • Yogur
15	16	17	18	19
• Ensalada de col, tomate y aceituna • Espaguettis con verduras y salsa de soja • Lomo a la naranja • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Crudités de pepino y zanahoria • Crema de zanahoria y manzana con picatostes (opcional) • Croquetas y chips de boniato y patata • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y tomate • Arroz blanco con salsa casera de tomate • Longanizas al horno • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, tomate y maíz • Lentejas con chorizo • Tortilla de cebolla • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Sopa de sémola de arroz en caldo de verduras • Bacaladilla a la andaluza • Pan blanco o integral • Fruta de temporada
22	23	24	25	26
• Ensalada de lechuga, tomate y pepino • Arroz 3 delicias • Rollitos gratinados de jamón cocido y queso • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Lentejas con verduras • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria • Crema de verduras y legumbres • Hamburguesa plancha con patatas • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, pepino, atún • Gazpachos con pescado y verduras • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Guisado de magro y verdura • Calamar a la romana • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada
29	30			
• Ensalada de lechuga, tomate y cebolla tierna • Garbanzos con acelgas y boniato • Tortilla francesa con queso • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Arròs amb fesols y naps • Lasaña de calabacín con boloñesa vegetal • Pan blanco o integral • Natillas caseras			

TO DE PROXIMIDAD, SANO Y CERCANO.
LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE PAN BLANCO O INTEGRAL, A ELECCIÓN DE LOS ALUMNOS.

LAS CENAS SON ORIENTATIVAS, NO ESTÁN ADAPTADAS A NINGÚN TIPO DE ALERGIA O INTOLERANCIA.

T-Cuida

CERTIFICADO ISO 22000 CERTIFICADO ISO 9001

22 ABRIL
DÍA DE LA TIERRA

LA TIERRA ES NUESTRA CASA, ¡VAMOS A CUIDARLA!

- USA ENVASES REUTILIZABLES
- LLEVA TUS BOLSAS A LA COMPRA
- RECICLA LA ROPA QUE YA NO USES.
- NO TIRES LA COMIDA Y USA TU CREATIVIDAD PARA CREAR OTROS PLATOS CON LAS SOBRAS.
- DONA JUGUETES.
- DEPOSITA CADA COSA EN SU CONTENEDOR.

T-Cuida Catering APP
Control comedores escolares
OBTENER

CÓDIGO CENTRO: 1221

¿QUIERES APRENDER MÁS SOBRE ALIMENTACIÓN Y AMPLIAR TU RECETARIO? ¡SÍGUENOS EN REDES SOCIALES!

@tcuidaalimentaria
@tcuidaalimentaria
www.tcuidaalimentaria.com

www.tcuidaalimentaria.com Administración: C/ Pintor Xavier Soler, 6. 03015 Alicante. Tel. 965049666 - hola@tcuidacatering.com

C.E.I.P. LA RAMBLA

MENÚ ABRIL

MENÚ BASAL sin PLV

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA	2	3	4	5
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
8	9	10	11	12
VACACIONES	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Crema de zanahoria y manzana • Pan pizza de tomate y pechuga de pavo • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria • Arroz al horno con magro y embutidos • Pan blanco • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y lombarda y zanahoria • Olleta alicantina de legumbres con arroz • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco • Fruta de temporada	• Ensalada de col, tomate, y aceitunas • Guisantes con cebolla y bacon • Tortilla francesa • Pan blanco • Yogur de soja
15	16	17	18	19
• Ensalada de col, tomate y aceituna • Espaguettis con verduras y salsa de soja • Lomo a la naranja • Pan blanco • Fruta de temporada	• Crudités de pepino y zanahoria • Crema de zanahoria y manzana con picatostes (opcional) • Tortilla de atún y chips de boniato y patata • Pan blanco • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y tomate • Arroz blanco con salsa casera de tomate • Longanizas al horno • Pan blanco • Yogur de soja	• Ensalada de lechuga, tomate y maíz • Lentejas con chorizo • Tortilla de cebolla • Pan blanco • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Sopa de sémola de arroz en caldo de ave • Bacaladilla a la andaluza • Pan blanco • Fruta de temporada
22	23	24	25	26
• Ensalada de lechuga, tomate y pepino • Arroz 3 delicias • Rollitos gratinados de pechuga de pavo • Pan blanco • Fruta de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Lentejas con verduras • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria • Crema de verduras y legumbres • Hamburguesa plancha con patatas • Pan blanco • Yogur de soja	• Ensalada de lechuga, pepino, atún • Arroz con pollo • Pan blanco • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas • Guisado de magro y verdura • Abadejo rebozado • Pan blanco • Fruta fresca de temporada
29	30			
• Ensalada de lechuga, tomate y cebolla tierna • Garbanzos con acelgas y boniato • Tortilla francesa con atún • Pan blanco • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Arròs amb fesols y naps • Lasaña de calabacín con boloñesa vegetal • Pan blanco • Yogur de soja			

TO DE PROXIMIDAD, SANO Y CERCANO.
LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE PAN BLANCO O INTEGRAL, A ELECCIÓN DE LOS ALUMNOS.

LAS CENAS SON ORIENTATIVAS, NO ESTÁN ADAPTADAS A NINGÚN TIPO DE ALERGIA O INTOLERANCIA.

T-Cuida

CERTIFICADO ISO 22000 CERTIFICADO ISO 9001

22 ABRIL
DÍA DE LA TIERRA

LA TIERRA ES NUESTRA CASA, ¡VAMOS A CUIDARLA!

- USA ENVASES REUTILIZABLES
- LLEVA TUS BOLSAS A LA COMPRA
- RECICLA LA ROPA QUE YA NO USES.
- NO TIRES LA COMIDA Y USA TU CREATIVIDAD PARA CREAR OTROS PLATOS CON LAS SOBRAS.
- DONA JUGUETES.
- DEPOSITA CADA COSA EN SU CONTENEDOR.

T-Cuida Catering APP
Control comedores escolares
OBTENER

CÓDIGO CENTRO: 1221

¿QUIERES APRENDER MÁS SOBRE ALIMENTACIÓN Y AMPLIAR TU RECETARIO? ¡SÍGUENOS EN REDES SOCIALES!

@tcuidaalimentaria

@tcuidaalimentaria

www.tcuidaalimentaria.com

www.tcuidaalimentaria.com Administración: C/ Pintor Xavier Soler, 6. 03015 Alicante. Tel. 965049666 - hola@tcuidacatering.com

C.E.I.P. LA RAMBLA

MENÚ ABRIL

MENÚ BASAL SIN TOMATE CRUDO

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA	2	3	4	5
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
8	9	10	11	12
VACACIONES	• Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas • Crema de zanahoria y manzana • Pan pizza york y queso • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, pepino y zanahoria • Arroz al horno con magro y embutidos • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y lombarda y zanahoria • Olleta alicantina de legumbres con arroz • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de col, pepino y aceitunas • Guisantes con cebolla y bacon • Tortilla francesa • Pan blanco o integral • Yogur
15	16	17	18	19
• Ensalada de col, maiz y aceituna • Espaguettis con verduras y salsa de soja • Lomo a la naranja • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Crudités de pepino y zanahoria • Crema de zanahoria y manzana con picatostes (opcional) • Croquetas y chips de boniato y patata • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y zanahoria • Arroz blanco con salsa casera de tomate • Longanizas al horno • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, pepino y maíz • Lentejas con chorizo • Tortilla de cebolla • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas • Sopa de sémola de arroz en caldo de ave • Bacaladilla a la andaluza • Pan blanco o integral • Fruta de temporada
22	23	24	25	26
• Ensalada de lechuga, maiz y pepino • Arroz 3 delicias • Rollitos gratinados de jamón cocido y queso • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Lentejas con verduras • Figuritas caseras de pescado • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria • Crema de verduras y legumbres • Hamburguesa plancha con patatas • Pan blanco o integral • Yogur	• Ensalada de lechuga, pepino, atún • Gazpachos con pollo • Pan blanco o integral • Fruta de temporada	• Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas • Guisado de magro y verdura • Calamar a la romana • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada
29	30			
• Ensalada de lechuga, pepino y cebolla tierna • Garbanzos con acelgas y boniato • Tortilla francesa con queso • Pan blanco o integral • Fruta fresca de temporada	• Ensalada de pepino, lechuga y manzana • Arròs amb fesols y naps • Lasaña de calabacín con boloñesa vegetal • Pan blanco o integral • Natillas caseras			

TO DE PROXIMIDAD, SANO Y CERCANO.
LAS COMIDAS SE ACOMPAÑAN DE PAN BLANCO O INTEGRAL, A ELECCIÓN DE LOS ALUMNOS.

LAS CENAS SON ORIENTATIVAS, NO ESTÁN ADAPTADAS A NINGÚN TIPO DE ALERGIA O INTOLERANCIA.

T-Cuida

CERTIFICADO ISO 22000 CERTIFICADO ISO 9001

22 ABRIL
DÍA DE LA TIERRA

LA TIERRA ES NUESTRA CASA, ¡VAMOS A CUIDARLA!

- USA ENVASES REUTILIZABLES
- LLEVA TUS BOLSAS A LA COMPRA
- RECICLA LA ROPA QUE YA NO USES.
- NO TIRES LA COMIDA Y USA TU CREATIVIDAD PARA CREAR OTROS PLATOS CON LAS SOBRAS.
- DONA JUGUETES.
- DEPOSITA CADA COSA EN SU CONTENEDOR.

T-Cuida Catering APP
Control comedores escolares
OBTENER

CÓDIGO CENTRO: 1221

¿QUIERES APRENDER MÁS SOBRE ALIMENTACIÓN Y AMPLIAR TU RECETARIO? ¡SÍGUENOS EN REDES SOCIALES!

@tcuidaalimentaria

@tcuidaalimentaria

www.tcuidaalimentaria.com

www.tcuidaalimentaria.com Administración: C/ Pintor Xavier Soler, 6. 03015 Alicante. Tel. 965049666 - hola@tcuidacatering.com