

Menú diciembre 2021 Detallado – Colegio E.E.I. Nuevo Almafrá

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
ENSALADADAS				
Base* : Hoja verde, tomate, zanahoria rallada, maíz César : Base* + pollo + manzana + pipas Mixta : Base* + pavo + aceitunas Mediterránea : Base* + queso fresco/tierno + aceitunas + albahaca Frutos del mar : Base* + bocas de mar Ensalada completa : Base* + cebolla + atún + huevo duro		Ensalada base 1 1º Crema de calabaza (crema de calabaza, calabacín, cebolla, zanahoria, patata y tominollo) 2º Merluza rebozada con pan rallado y huevo y patatas gajo al horno Fruta de temporada	Ensalada mixta 2 1º Sopa con puntitos (caldo de ave con verduras (zanahoria, apio, nabo, chirivía, puerro) y puntitos) 2º Pollo al horno con vino blanco y limón y verduras (cebolla, berenjena, pimientos) Yogur natural	1º Ensalada César 3 2º Lasaña de carne (pasta, bechamel, salsa de tomate, carne picada de cerdo y ternera, queso) *Infantil: pasta integral boloñesa (salsa de tomate casera con zanahoria, cebolla y calabacín, carne picada y pasta) Fruta de temporada
6	7	8	9	10
			Ensalada base 9 1º Hervido (Patata, judía verde, zanahoria, cebolla) con medio huevo duro *Infantil: crema (hervido triturado) 2º Hamburguesa carne picada de cerdo y ternera Yogur griego	Ensalada juliana 10 1º Tallarines caldosos con atún (Pasta con caldo de pescado, marisco y moluscos con verduras y trocitos de atún) 2º Tortilla de calabacín Fruta de temporada
13	14	15	16	17
Ensalada base 13 1º Sopa con estrellitas (caldo de ave con verduras (zanahoria, apio, nabo, chirivía, puerro) y estrellitas de pasta) 2º Lomo y minipizzas de berenjena (berenjena, salsa de tomate casera, queso orégano) Fruta de temporada	Ensalada juliana 14 1º Pasta integral carbonara (pasta con nata y jamón cocido) 2º Bacalao al horno con, zanahoria, calabacín y cebolla Fruta de temporada	Ensalada frutos del mar 15 1º Ollica (lentejas con arroz y pimientos, zanahoria, calabacín) 2º Tortilla de patata Fruta de temporada (cítrico)	Ensalada mixta 16 1º Crema de calabacín (calabacín, zanahoria, cebolla, patata y tomillo) 2º Longaniza de pavo con pisto (salsa de tomate casera con zanahoria, calabacín y pimiento) Yogur natural	Ensalada mixta 17 1º Arroz 3 delicias con guisantes, tortilla, zanahoria y jamón cocido 2º Merluza rebozada con pan y huevo Fruta de temporada
20	21	22	23	24
Ensalada base 20 1º Lentejas (lentejas con pimiento, zanahoria, calabacín, jamón y chorizo) 2º Pizza margarita con jamón york o mediterránea con atún, olivas y pimiento Fruta de temporada (cítrico)	Ensalada frutos del mar 21 1º Paella de magro con garbanzos *Infantil: arroz caldoso con magro y garbanzos (arroz, caldo, magro, pimientos, ajo, tomate y garbanzos) 2º Entremeses (jamón cocido, queso fresco/semi y jamón serrano) Fruta de temporada	Ensalada juliana 22 1º Pasta integral boloñesa (pasta con carne picada, cebolla, tomate y zanahoria) 2º Lengüadina al horno con base de cebolla y tomate Fruta de temporada		

Se ofrecerá pan integral. Todos los platos se realizan con AOVE (Aceite de Oliva Virgen Extra). Para más información: 667 55 86 22

INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES. Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias, ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011 ANEXO II). Informa a la dirección del comedor aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción.