






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

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

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.