

Menú enero detallado 2022 – Colegio E.E.I. Nuevo Almafra

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
Ensalada mixta 10 1º Lentejas (lentejas con pimiento, zanahoria, calabacín, cebolla, ajo, jamón y chorizo) 2º Hamburguesa (de ternera y cerdo) Fruta de temporada (cítrico)	Ensalada juliana 11 1º Crema de calabaza, zanahoria y puerro con patata 2º Pollo al horno con cebolla, pimientos, tomate y patatas Fruta de temporada	Ensalada base 12 1º Paella de pollo y alcachofas *Infantil: arroz caldoso con pollo. (Arroz con tomate, ajo, pimientos, alcachofas y pollo con caldo casero de verduras y ave). 2º Chispitas de merluza (merluza rebozada con huevo y harina) Fruta de temporada	Ensalada César 13 1º Sopa de cocido con fideos integrales y garbanzos. Caldo de pollo y gallina, jamón, fideos, garbanzos y vegetales 2º Tortilla (con huevina) con jamón cocido Yogur natural	Ensalada frutos del mar 14 1º Pasta de colores boloñesa (pasta con carne picada, tomate natural, zanahoria, calabacín y cebolla) 2º Buñuelos de bacalao (Bacalao rebozado con huevina y harina con ajo y perejil) Fruta de temporada	
Ensalada mediterránea 17 1º Arroz 3 delicias (Arroz con guisantes, zanahorias y jamón cocido) 2º Tortilla (con huevina) de atún Fruta de temporada	Ensalada juliana 18 1º Guisado de pollo (pollo, patata, pimientos, ajo, tomate) 2º Pavo a las finas hierbas Fruta de temporada	Ensalada mixta 19 1º Macarrones integrales con salsa napolitana (tomate y atún) y queso 2º Lenguadina al horno con verduras (cebolla, tomate, pimientos, berenjena) Fruta de temporada (cítrico)	Ensalada juliana 20 1º Alubias con verduras (alubias, cebolla, ajo, pimientos, calabacín, zanahoria) 2º Pizza margarita con tomate, queso y jamón york o mediterránea con tomate, queso, atún, oliva y pimiento Yogur griego	Ensalada completa *Infantil entremeses 21 2º Lasaña (pasta, carne, salsa de tomate, calabacín) *Infantil: Pasta boloñesa (pasta con carne picada, tomate natural, zanahoria, calabacín y cebolla) Fruta de temporada	
Ensalada base 24 1º Paella marinera (arroz con caldo casero y pescado) *infantil: arroz caldoso con pescado 2º Palitos de merluza (merluza rebozada con huevina y harina) Fruta de temporada	Ensalada César 25 1º Hervido valenciano (patata, judía verde, zanahoria, cebolla) con medio huevo duro pasteurizado 2º Lomo de Sajonia con salsa de tomate casera (tomate, calabacín, zanahoria) Fruta de temporada	Ensalada juliana 26 1º Lentejas con arroz y verduras (lentejas, arroz, cebolla, ajo, pimientos, calabacín, zanahoria y jamón) 2º Tortilla (con huevina) de atún Fruta de temporada	Ensalada mixta 27 1º Espaguetis integrales carbonara (pasta con nata y jamón cocido) 2º Boquerones rebozados (con huevina y harina) Yogur natural	Ensalada frutos del mar 28 1º Sopa de puntitos (caldo casero con verduras, pollo y gallina con pasta) 2º Pollo al limón con verduras (cebolla, berenjena, pimiento) y patata Fruta de temporada	
Ensalada juliana 31 1º Crema de calabacín (calabacín, cebolla, calabaza, zanahoria, tomillo) 2º Huevos duros pasteurizados con salsa de tomate casera y mini longanizas de cerdo Fruta de temporada	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 + jamón cocido			Ensalada juliana: Lechuga + maíz	

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.