

DIETA BASAL

CEIP FRANCISCA SANTOS MELIÁN

del 2 de Noviembre al 22 de Diciembre de 2015



LUNES
2 NOV. - 30 NOV.
CREMA DE CALABAZA
ESTOFADO DE TERNERA
PAPAS A CUADROS
PAN
YOGUR DE SABORES

MARTES
3 NOV. - 1 DIC.
JUDIAS PINTAS COMPUESTAS
TORTILLA ESPAÑOLA
ENSALADA MARAVILLA
PAN
FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
4 NOV. - 2 DIC.
PURÉ DE VERDURAS
PAELLA DE CAMPO
PAN
YOGUR DE SABORES

JUEVES
5 NOV. - 3 DIC.
SOPA DE POLLO Y HIERBAHUERTO
ENCEBOLLADO DE PESCADO
PAPAS AL VAPOR
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
6 NOV. - 4 DIC.
POTAJE DE LENTEJAS
PIZZA MARINERA
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
9 NOV. - 7 DIC.
PURÉ DE ESPINACAS Y ACELGAS
SALCHICHA CON TOMATE Y HUEVO GUISADO
ARROZ BLANCO
PAN
HELADO

MARTES
10 NOV. - 8 DIC.
SOPA DE CARNE CON ESTRELLITAS
LOMITOS DE PESCADO CON MOJO CILANTRO
PAPAS ARRUGADAS
PAN
FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
11 NOV. - 9 DIC.
LENTEJAS CASERAS
SAN JACOBOS
ENSALADA CARIBEÑA
PAN
YOGUR DE SABORES

JUEVES
12 NOV. - 10 DIC.
POTAJE DE ZANAHORIA Y CALABAZA
ESPAGUETTIS CON TOMATE Y ATÚN
QUESO RALLADO
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
13 NOV. - 11 DIC.
CREMA VERDE
ROPAVIEJA CON PAPITAS A CUADROS
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
16 NOV. - 14 DIC.
CREMA DE PUERROS Y CALABACÍN
POLLO ASADO
PAPAS PANADERAS
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
17 NOV. - 15 DIC.
POTAJE DE 7 VERDURAS
TORTILLA DE QUESO
TOMATE ALIÑADO
PAN
YOGUR DE SABORES

MIÉRCOLES
18 NOV. - 16 DIC.
RANCHO CANARIO
PESCADO AL HORNO EN SALSAS DE LIMÓN
MENESTRA TRICOLOR
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
19 NOV. - 17 DIC.
SOPA DE PUCHERO
JUDIAS COMPUESTAS
ARROZ PILAW
PAN
YOGUR DE SABORES

VIERNES
20 NOV. - 18 DIC.
PURÉ DE BERROS
EMPANADILLAS DE BONITO
ENSALADA MEDITERRÁNEA
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
23 NOV. - 21 DIC.
SOPA DE PESCADO
LENTEJAS COMPUESTAS
ARROZ Y HUEVO
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
24 NOV. - 22 DIC.
PURÉ DE ZANAHORIA
CROQUETAS CASERAS
ENSALADA CAPRICHOSA
PAN
YOGUR DE SABORES

MIÉRCOLES
25 NOV.
POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS
MACARRONES A LA BOLOÑESA
QUESO RALLADO
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
26 NOV.
CREMA DE ESPINACAS
JAMONCITO DE POLLO EN SALMOREJO CANARIO
ZANAHORIAS SALTEADAS CON PAPAS
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
27 NOV.
POTAJE DE GARBANZOS
MARMITACO DE ATÚN CON PAPAS
PAN INTEGRAL
HELADO



La información sobre Ingredientes y Alérgenos, así como la Valoración Nutricional del Menú la podrán obtener a través de su Centro Educativo. En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 25 de octubre de 2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, de acuerdo con la Ley 17/2011 de Seguridad Alimentaria y Nutrición.

