



C.E.I.P.C. ALVAREZ DE LA ROSA 2021

FRUTOS SECOS (DEL 05/04 AL 23/06)

05/04 LUNES 24/05 CREMA DE LEGUMBRES ALBONDIGAS CON PAPAS A LO POBRE FRUTA	06/04 MARTES 25/05 SOPA DE POLLO TORTILLA DE PAPAS + TOMATES CON ACEITE OLIVA Y ACEITUNAS LÁCTEO	07/04 MIERCOLES 26/05 POTAJE DE LENTEJAS PASTA CON ATUN FRUTA	08/04 JUEVES 27/05 PURÉ DE BUBANGOS LOMO DE CERDO ARROZ TRES DELICIAS FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	09/04 VIERNES J.CANARIA CREMA DE CALABAZAS CRODON BLUE CON ARVEJAS FRUTA
12/04 LUNES 31/05 POTAJE DE VERDURAS ROPA VIEJA CON POLLO Y TERNERA FRUTA	13/04 MARTE 01/06 PURÉ DE BERROS CARNE FIESTA CON PAPAS FRITAS LÁCTEO	14/04 MIERCOLES 02/06 CREMA DE ZANAHORIAS PASTA TRICOLOR CON BOLOÑESA TERNERA FRUTA	15/04 JUEVES 03/06 SOPA MARAVILLA CHURROS DE PESCADO ENSALADILLA RUSA CON HUEVO DURO FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	16/04 VIERNES 04/06 CREMA DE ACELGAS ARROZ CON SOLOMILLO DE CERDO, Y CHAMPIÑONES FRUTA
19/04 LUNES 07/06 PURÉ DE LEGUMBRES TERNERA CON PAPAS FRUTA	20/04 MARTES 08/06 SOPA DE AVE TORTILLA LIONESA CON ENSALADA PARAGUYA LÁCTEO	21/04 MIERCOLES 09/06 PURE DE CALABACIN POLLO TIRAS CON MACARRONES Y TOMATE FRUTA	22/04 JUEVES 10/06 RANCHO CANARIO FOGONERO M.VERDE CON ZANAHORIAS SALTEADAS FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	23/04 VIERNES 11/06 CREMA DE ZANAHORIAS PAELLA MIXTA FRUTA
26/04 LUNES 14/06 JUDIAS COMPUESTAS CON ARROZ BLANCO FRUTA	27/04 MARTES 15/06 CREMA HORTELANA LOMO ADOBADO CON PAPAS AL AJILLO LÁCTEO	28/04 MIERCOLES 16/06 POTAJE CALABACIN PASTA CON ATÚN Y HUEVO DURO FRUTA	29/04 JUEVES 17/06 CREMA DE ZANAHORIAS NUGETS DE POLLO ENSALADA MIXTA FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	30/04 VIERNES 18/06 SOPA DE PESCADO BISTEC RUSO DE TERNERA HABICHUELAS FRUTA
03/05 LUNES 21/06 CREMA DE PUERROS CROQUETAS DE PESCADO CON TOMATES ALIÑADOS FRUTA	04/05 MARTES 22/06 CREMA DE ESPINACAS POLLO DE CORRAL CON ARROZ Y VERDURAS LÁCTEO	05/05 MIERCOLES 23/06 CREMA DE CALABAZAS ATÚN EN SALSA CON PAPAS GUISADAS Y HUEVO FRUTA	06/05 JUEVES 00/00 SOPA DE POLLO ESTOFADO DE CERDO CON PAPAS Y VERDURA FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	JORNADA MEXICANA NACHOS CON GUACAMOLE Y SALSA QUESO CHEDDAR FAJITAS TERNERA FRUTA
10/05 LUNES 00/00 LENTEJAS COMPUESTAS CON HUEVO DURO Y ARROZ BLANCO FRUTA	11/05 MARTES 00/00 PURÉ DE ZANAHORIAS MUSLO DE POLLO A LA RIOJANA CON PAPAS GUISADAS LÁCTEO	12/05 MIERCOLES 00/00 CREMA DE BERROS MACARRONES A LA BOLOÑESA DE TERNERA FRUTA	13/05 JUEVES 00/00 SOPA DE ESTRELLITAS TORTILLA ENSALADA ESPAÑOLA FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	14/05 VIERNES 00/00 POTAJE FLORENTINA PIZZA MARGARITA CON ATUN FRUTA
17/05 LUNES 00/00 CREMA DE PUERROS ARROZ BLANCO CON HUEVO Y FRANKFURT FRUTA	18/05 MARTES 00/00 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA A LA MARINERA CON PAPAS RUSTICAS LÁCTEO	19/05 MIERCOLES 00/00 PURÉ DE CALABAZAS JAMONCITOS ENSALADA DE CODITOS FRUTA	20/05 JUEVES 00/00 SOPA MARINERA MINI FLAMENQUIN CON JUDÍAS VERDES CON CEBOLITA FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	21/05 VIERNES 00/00 POTAJE DE JUDÍAS LASAÑA BOLOÑESA FRUTA

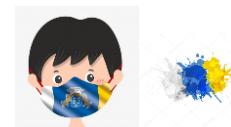
La pirámide de la alimentación saludable

Los expertos en nutrición nos recomiendan un consumo adecuado de todos los grupos de alimentos para una alimentación equilibrada en todas las etapas de la vida.



EL DIA 28 DE MAYO JORNADA GASTRONOMICA CANARIA

POTAJE DE BERROS
COSTILLAS CON PAPAS Y
MOJO DE CILANTRO
MOUSSE DE GOFIO



EL DIA 7 DE MAYO JORNADA GASTRONOMICA MEXICANA

NACHOS CON GUACAMOLE Y
SALSA CHEDAR
FAJITAS DE TERNERA



GARANTIA DE CONTROL Y CALIDAD

Este menú arroja una media nutricional diaria:

Energía – 596,55 lipidos – 22,36 hidratos carbono – 79,12 proteínas – 26,34

Alérgenos e ingredientes están a disposición en los centros escolares

En cumplimiento con la Ley 17/2011 de Seguridad Alimentaria y Nutrición y con el Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 25 de Octubre de 2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, y en base a cualquier consulta que se desee realizar al respecto, el centro educativo dispone de toda la información sobre ingredientes y el contenido en alérgenos de cada plato.

