



# CEIP C. ALVAREZ DE LA ROSA

## 3º TRIMESTRE 2021 NO HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
CREMA DE LEGUMBRES ALBONDIGAS CON PAPAS A LO POBRE FRUTA	SOPA DE POLLO PAVO AL HORNO TOMATES CON ACEITE OLIVA Y ACEITUNAS LÁCTEO	POTAJE DE LENTEJAS PASTA CON ATUN FRUTA	PURÉ DE BUBANGOS LOMO DE CERDO ARROZ TRES DELICIAS SIN T.FRANCESA FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	CREMA DE CALABAZAS CRODON BLUE CON ARVEJAS FRUTA
LUNES	MARTE	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
POTAJE DE VERDURAS ROPA VIEJA CON POLLO Y TERNERA FRUTA	PURÉ DE BERROS CARNE FIESTA CON PAPAS FRITAS LÁCTEO	CREMA DE ZANAHORIAS PASTA TRICOLOR CON BOLOÑESA TERNERA FRUTA	SOPA MARAVILLA CHURROS DE PESCADO ENSALADILLA RUSA CON FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	CREMA DE ACELGAS ARROZ CON SOLOMILLO DE CERDO, Y CHAMPIÑONES FRUTA
LUNES	MARTE	MIÉRCOLE	JUEVES	VIERNES
PURÉ DE LEGUMBRES TERNERA CON PAPAS FRUTA	SOPA DE AVE PAVO ASADO CON ENSALADA PARAGUYA LÁCTEO	PURE DE CALABACIN POLLO TIRAS CON MACARRONES Y TOMATE FRUTA	RANCHO CANARIO FOGONERO M.VERDE CON ZANAHORIAS SALTEADAS FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	CREMA DE ZANAHORIAS PAELLA MIXTA FRUTA
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PURÉ DE VERDURAS JUDIAS COMPUESTAS CON ARROZ BLANCO FRUTA	CREMA HORTELANA LOMO ADOBADO CON PAPAS AL AJILLO LÁCTEO	POTAJE CALABACIN PASTA CON ATÚN Y FRUTA	CREMA DE ZANAHORIAS NUGETS DE POLLO EMPANADO SIN HUEVO ENSALADA MIXTA FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	SOPA DE PESCADO BISTEC RUSO DE TERNERA HABICHUELAS FRUTA
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
CREMA DE PUERROS CROQUETAS DE PESCADO CON TOMATES ALIÑADOS FRUTA	CREMA DE ESPINACAS POLLO DE CORRAL CON ARROZ Y VERDURAS LÁCTEO	CREMA DE CALABAZAS ATÚN EN SALSA CON PAPAS GUISADAS FRUTA	SOPA DE POLLO ESTOFADO DE CERDO CON PAPAS Y VERDURA FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	PURE DE BUBANGOS TERNERA DESMECHADA FAJITAS DE MAIZ FRUTA
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
CREMA DE ESPARRAGOS LENTEJAS COMPUESTAS Y ARROZ BLANCO FRUTA	PURÉ DE ZANAHORIAS MUSLO DE POLLO A LA RIOJANA CON PAPAS GUISADAS LÁCTEO	CREMA DE BERROS MACARRONES A LA BOLOÑESA DE TERNERA FRUTA	SOPA DE ESTRELLITAS PAVO AL HORNO ENSALADA ESPAÑOLA FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	POTAJE FLORENTINA PIZZA MARGARITA CON ATUN FRUTA
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
CREMA DE PUERROS ARROZ BLANCO CON FRANKFURT FRUTA	PURÉ DE VERDURAS MERLUZA A LA MARINERA CON PAPAS RUSTICAS LÁCTEO	PURÉ DE CALABAZAS PECHUGA DE POLLO ENSALADA DE CODITOS FRUTA	SOPA MARINERA MINI FLAMENQUIN CON JUDÍAS VERDES CON CEBOLLITA FRUTA ó LÁCTEO OPCIONAL	POTAJE DE JUDÍAS LASAÑA BOLOÑESA FRUTA

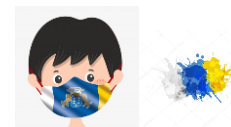
### La pirámide de la alimentación saludable

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 GUACAMOLES Y  
SALSA CHEDAR  
FAJITAS DE TERNERA



### GARANTIA DE CONTROL Y CALIDAD

Este menú arroja una media nutricional diaria:

Energía – 596,55 lípidos – 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.

