

# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES - OCTUBRE 2023

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas <b>ECO</b> Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal) Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
kcal 720 Lip 20,1 Prot 51,0 HdC 84	kcal 618 Lip 31,7 Prot 25,0 HdC 58	kcal 649 Lip 28,9 Prot 14,7 HdC 83	kcal 673 Lip 20,3 Prot 25,2 HdC 98	kcal 671 Lip 24,5 Prot 37,8 HdC 75
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Judías blancas <b>ECO</b> a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12) Fruta de temporada y pan integral	<b>FESTIVO</b>	<b>NO LECTIVO</b>
kcal 715 Lip 25,1 Prot 36,9 HdC 110	kcal 611 Lip 15,6 Prot 20,4 HdC 97	kcal 665 Lip 23,5 Prot 51,5 HdC 62		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas <b>ECO</b> estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de caella a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, patata, <b>fideos ECO</b> ) (1,3,6,10) Complemento del cocido: <b>garbanzos ECO</b> , repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla) Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
kcal 674 Lip 20,6 Prot 41,4 HdC 81	kcal 654 Lip 11,8 Prot 24,0 HdC 63	kcal 685 Lip 27,9 Prot 31,6 HdC 102	kcal 627 Lip 22,0 Prot 44,1 HdC 63	kcal 723 Lip 15,2 Prot 45,5 HdC 101
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
kcal 706 Lip 28,7 Prot 35,1 HdC 77	kcal 684 Lip 28,7 Prot 30,8 HdC 101	kcal 638 Lip 28,4 Prot 26,6 HdC 69	kcal 662 Lip 16,0 Prot 32,7 HdC 47	kcal 614 Lip 17,8 Prot 18,1 HdC 95
30	31			
Lentejas <b>ECO</b> Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Patatas guisadas con verdura (12) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada			
kcal 693 Lip 20,0 Prot 56,7 HdC 71	kcal 662 Lip 24,1 Prot 35,3 HdC 76			

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Valoración realizada para la franja de edad de entre 6-9 años.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Grasas	Huevos	Pescado	Cacahuate	Soja	Leche	Frutas	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Alérgenos	Miel


















grupo\_servicatering



# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES - OCTUBRE 2023 Menú sin cereza

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)  Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)  Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de caella a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)  Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)  Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10)  Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31	DECLARACIÓN DE ALERGENOS		
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Revuelto de huevo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada	     		
















Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas... (no cerezas)

 grupo\_servicatering




# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES - OCTUBRE 2022 *Menú sin melocotón*

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)  Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)  Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de caella a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)  Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)  Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10)  Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31	     		
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Revuelto de huevo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada	<p><b>DECLARACIÓN DE ALERGENOS</b></p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14</p> <p>Gluten Cereales Huesos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Ajo Mostaza Sésamo Sulfitos Alérgicos Mielocitos</p>		
















Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas... (no melocotón)

 grupo\_servicatering



# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES- OCTUBRE 2023 *Menú sin kiwi*


Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)  Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)  Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de caella a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)  Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)  Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10)  Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Revuelto de huevo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada	     		

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas... (no kiwi)

## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Oxalatos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos Secos	Apo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Almendra	Mielaces

 grupo\_servicatering



# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES- OCTUBRE 2023

## Menú sin ciruela, melocotón, nectarina, cereza ni albaricoque

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

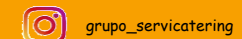
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal) Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12) Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Chef
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de caella a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla) Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Revuelto de huevo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas... (sin ciruela, melocotón, nectarina, cereza ni albaricoque)



### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Oreogénicos	HUEVOS	Pescado	Carburo	Sigo	Leche	Fritas	Apo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Almendra	Miel





# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES- OCTUBRE 2023

## Menú sin nueces

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal) Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12) Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Chef
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de caella a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla) Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Revuelto de huevo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Oreáceos	HUEVOS	Pescado	Carbante	Sigo	Leche	Frutas	Ajo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Almendra	Mielaces



grupo\_servicatering



# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES - OCTUBRE 2023

## Menú sin frutos secos

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal) Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12) Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Chef
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de caella a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla) Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Revuelto de huevo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...

### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Oreogénicos	HUEVOS	Pescado	Carburo	Sigo	Leche	Frutas	Ajo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Almendra	Miel



grupo\_servicatering

dyne

# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES- OCTUBRE 2023

## Menú sin huevo, sí trazas

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) <u>Lacón al horno con ensalada variada</u> Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal) Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) <u>Filete de pollo con ensalada</u> Fruta de temporada y pan integral	<b>FESTIVO</b>	<b>NO LECTIVO</b>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Chef
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) <u>Salchichas de pavo c/ens. Lechuga</u> (6) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de caella a la vizaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla) Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) <u>Guiso de pavo con champiñones</u> Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) <u>Cinta de lomo con pisto casero</u> (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Oreogénicos	HUEVOS	Pescado	Carburo	Sigo	Leche	Frutas	Ajo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Almendra	Miel



grupo\_servicatering










ayre



# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES- OCTUBRE 2023

## Menú sin huevo

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) <u>Lacón al horno con ensalada variada</u> Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  <u>Taquitos de caella con pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (4)</u> Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá (pasta sin alérgenos) hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla). Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y <u>pasta sin alérgenos salteada (4)</u> Fruta de temporada 	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Filete de pollo con ensalada  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) <u>Salchichas de pavo c/ens. Lechuga (6)</u>  Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de caella a la vizcaína <u>con cous-cous (4; pasta sin alérgenos)</u> Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, <u>fideos sin alérgenos</u> ) Complemento del cocido: <u>garbanzos ECO</u> , repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)  Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)  Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	<u>Pasta sin alérgenos a la carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (7)</u> Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)  Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) <u>Guiso de pavo con champiñones</u> Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Cinta de lomo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate). Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Oreáceos	HUEVOS	Pescado	Carbante	Sigo	Leche	Frutas	Apo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Almendra	Moluscos



grupo\_servicatering

dyne

# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES- OCTUBRE 2023

## Menú sin sin queso curado

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con ensalada (3) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal) Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12) Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Chef
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14) Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de caella a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla) Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre lácteo (7)
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4) Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Revuelto de huevo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Oreogénicos	HUEVOS	Pescado	Carburo	Sigo	Leche	Frutas	Ajo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Almendra	Mielocitos











grupo\_servicatering



# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES - OCTUBRE 2023 Menú sin gluten

Todas las comidas se acompañarán de PAN SIN GLUTEN y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate)  Tortilla francesa con loncha de queso (3,7)  Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)  Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE  Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12)  (con patata, aceite de oliva y sal)  <u>Taquitos de caella con pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (4)</u>  Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)  Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)  Fruta de temporada	Fideuá (pasta sin alérgenos) hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla).  <u>Fil. merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (harina de maíz,4).</u>  Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)  Magro de cerdo guisado con tomate (casero)  Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12)  Bacalao al horno con refrito de ajo y <u>pasta sin alérgenos salteada (4)</u>  Fruta de temporada 	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12)  Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)   Fruta de temporada y pan integral		
16	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)  <u>Huevos revueltos con ens. Lechuga (3)</u>  Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)  Filete de caella a la vizcaína <u>con cous-cous (4; pasta sin alérgenos) (4)</u>  Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos sin alérgenos)  Complemento del cocido: <u>garbanzos ECO</u> , repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)   Fruta de temporada y pan integral	<u>Coliflor Orly casera (harina de maíz)</u>  Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)  Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)  Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)   Postre lácteo (7)
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12)  Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada  Fruta y leche (7)	<u>Pasta sin alérgenos a la carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (7)</u>  Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)   Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos  Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas  Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo)  Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3)  Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12)  <u>Fil. de pescado blanco a la andaluza con arroz integral rehogado (harina de maíz,4)</u>  Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)  Revuelto de huevo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3)  Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla  Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)  Fruta de temporada			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Oxalatos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos Secos	Ajón	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Almendra	Miel












grupo\_servicatering



# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES - OCTUBRE 2023

Menú sin lactosa

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) <u>Tortilla francesa con ensalada (3)</u> Fruta y leche sin lactosa/bebida de soja (7,6)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4) Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4) Postre de soja (6)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche sin lactosa/bebida de soja (7,6)	Puré de verduras naturales (12) Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)  Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos revueltos con ens. Lechuga  Fruta y leche sin lactosa/bebida de soja (7,6)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) Filete de caella a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)  Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla)  Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4) Postre de soja (6)
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche sin lactosa/bebida de soja (7,6)	<u>Espaguetis salteados con bacon y pimienta negra (1,3,6,10)</u> Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)  Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4) Postre de soja (6)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Revuelto de huevo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche sin lactosa/bebida de soja (7,6)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero con caldo de verduras (12) Fruta de temporada			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos Secos	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfuro	Almendra	Mieloceros



grupo\_servicatering



# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES - OCTUBRE 2023

## Menú sin lactosa ni legumbre

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p><u>Pasta sin alérgenos salteada al aglio e olio</u></p> <p><u>Tortilla francesa con ensalada (3)</u></p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Empanada casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Patatas quisadas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, sofrito)</p> <p>Hamburguesa casera sin alérgenos al horno con gajos de tomate aderezados con orégano</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Fideuá (pasta sin alérgenos) hortelana (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) (sin legumbre)</p> <p>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (salteado con zanahoria, maíz, pollo)</p> <p>Magro de cerdo guisado con tomate (casero)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Puré de verduras naturales (12). Sin <u>verduras, guisantes ni habas.</u></p> <p>Bacalao al horno con refrito de ajo y <u>pasta sin alérgenos salteada (4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli rehogado</p> <p>Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>NO LECTIVO</b></p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Chef
<p><u>Pasta sin alérgenos con salsa de tomate casera</u></p> <p><u>Huevos revueltos con ens. Lechuga (3)</u></p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Filete de rape a la vizcaína <u>con cous-cous (4; pasta sin alérgenos)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Sopa (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos sin alérgenos)</u></p> <p><u>Ternera con patata y zanahoria</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Arroz caldoso con verduras (zanahoria, puerro, cebolla). Sin <u>verduras, guisantes ni habas.</u></u></p> <p><u>Abadejo en salsa (cebolla, perejil) (4)</u></p> <p>Postre lácteo (7)</p>
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas a la Importancia (1,3,12) (rebozadas en salsa de cebolla, ajitos y perejil)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p><u>Pasta esp. Sin alérgenos salteados con bacon y pimienta negra</u></p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p><u>Arroz integral con tomate</u></p> <p>Tortilla francesa con ensalada (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12). Sin <u>verduras, guisantes ni habas.</u></p> <p>Platija empanada <u>con patatas dado (1,4,12)</u></p> <p>Postre lácteo (7)</p>
30	31			
<p><u>Patatas quisadas a la hortelana (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</u></p> <p>Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p><u>Coliflor salteada con ajitos</u></p> <p>Ragout de ternera guisado <u>con puré de patata casero con caldo de verduras (12)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



### DECLARACIÓN DE ALÉRGICOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Oxalatos	Huevos	Pescado	Cebadillo	Séps	Leche	Frijos	Ajón	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Almendra	Melocotón



grupo\_servicatering

ayre



# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES- OCTUBRE 2023

## Menú sin lentejas, garbanzos ni judías

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p><u>Pasta sin alérgenos salteada al aglio e olio</u></p> <p>Tortilla francesa con loncha de queso (3,7)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Empanadillas casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p><u>Patatas quisadas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, sofrito)</u></p> <p>Hamburguesa de ternera (burger meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10)</p> <p>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4)</p> <p>Postre <b>lácteo (7)</b></p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p>Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo)</p> <p>Magro de cerdo guisado con tomate (casero)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p>Bacalao al horno con refrito de ajo y pasta integral salteada (1,3,4,6,10)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli rehogado</p> <p>Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>NO LECTIVO</b></p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Chef
<p><u>Pasta sin alérgenos con salsa de tomate casera</u></p> <p>Huevos villarroy c/ens. Lechuga (1,2,3,4,6,7,14)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Filete de caella a la vizcaína con cous-cous (1,3,4,6,10)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Sopa (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos sin alérgenos)</u></p> <p><u>Ternera con patata y zanahoria</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Arroz caldoso con verduras (zanahoria, puerro, cebolla). Sin i verdes</u></p> <p>Abadejo en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil) (4)</p> <p>Postre <b>lácteo (7)</b></p>
23	24 -JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas quisadas con verdura (12)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10)</p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p><u>Arroz integral con tomate</u></p> <p>Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12)</p> <p>Platija empanada con arroz integral rehogado (1,4)</p> <p>Postre <b>lácteo (7)</b></p>
30	31			
<p><u>Patatas quisadas a la hortelana (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</u></p> <p>Revuelto de huevo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Guisantes rehogados con cebolla</p> <p>Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



### DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Oreáceos	HUEVOS	Pescado	Carbante	Sigo	Leche	Frutas	Apo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Aminocidos	Moluscos



grupo\_servicatering

dyne

# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES - OCTUBRE 2023

## Menú sin legumbre

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Empanada	5	6
<p><u>Pasta sin alérgenos salteada al aglio e olio</u></p> <p><u>Tortilla francesa con ensalada (3)</u></p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal)</p> <p>Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Empanada casera de atún claro y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3,4)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Patatas quisadas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, sofrito)</p> <p>Hamburguesa casera sin alérgenos al horno con gajos de tomate aderezados con orégano</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Fideuá (pasta sin alérgenos) hortelana (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) (sin legumbre)</p> <p>Filete de merluza adobados caseros con ensalada de lechuga, maíz (1,4)</p> <p>Postre lácteo (7)</p>
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
<p><u>Arroz Tres Delicias (salteado con zanahoria, maíz, pollo)</u></p> <p>Magro de cerdo guisado con tomate (casero)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Puré de verduras naturales (12). Sin i, verdes, guisantes ni habas.</p> <p>Bacalao al horno con refrito de ajo y <u>pasta sin alérgenos salteada (4)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli rehogado</p> <p>Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>NO LECTIVO</b></p>
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Chef
<p><u>Pasta sin alérgenos con salsa de tomate casera</u></p> <p><u>Huevos revueltos con ens. Lechuga (3)</u></p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p>Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal)</p> <p>Filete de rape a la vizcaína con <u>cous-cous (4; pasta sin alérgenos)</u></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Sopa (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos sin alérgenos)</u></p> <p><u>Ternera con patata y zanahoria</u></p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p>Coliflor Orly casera (1)</p> <p>Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Arroz caldoso con verduras (zanahoria, puerro, cebolla). Sin i, verdes, guisantes ni habas.</u></p> <p><u>Abadejo en salsa (cebolla, perejil) (4)</u></p> <p>Postre lácteo (7)</p>
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
<p>Patatas a la Importancia (1,3,12) (rebozadas en salsa de cebolla, ajitos y perejil)</p> <p>Cinta de lomo adobada c/ens. de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p><u>Pasta esp. Sin alérgenos carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (7)</u></p> <p>Merluza a la Siciliana (al horno con aceitunas sin hueso, berenjena y tomate) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Brócoli salteado con ajitos</p> <p>Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p>	<p><u>Arroz integral con tomate</u></p> <p>Tortilla francesa con ensalada (3)</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Puré de verduras naturales (12). Sin i, verdes, guisantes ni habas.</p> <p>Platija empanada <u>con patatas dado (1,4,12)</u></p> <p>Postre lácteo (7)</p>
30	31			
<p><u>Patatas quisadas a la hortelana (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)</u></p> <p>Huevo frito con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3)</p> <p>Fruta y <b>leche (7)</b></p>	<p><u>Coliflor salteada con ajitos</u></p> <p>Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12)</p> <p>Fruta de temporada</p>			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



### DECLARACIÓN DE ALÉRGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Oxalatos	Huevos	Pescado	Cebadillo	Séps	Leche	Frijos	Ajo	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Almendra	Melocotón












grupo\_servicatering

ayre

# CEIP NUESTRA SEÑORA DEL LOURDES- OCTUBRE 2023 Menú sin pescado

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4 - Día Mundial de la Epanada	5	6
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Fruta y leche (7)	Arroz blanco con salsa de tomate casera (tomate, cebolla, ajo, sal) Muslitos de pollo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada, AOVE Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (con patata, aceite de oliva y sal)  <u>Empanada casera de pollo y pisto (tomate, calabacín, pimiento, cebolla) al horno c/ens. Lechuga y maíz (1,3)</u> Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Hamburguesa de ternera (burguer meat) al horno con gajos de tomate aderezados con orégano (6,12) Fruta de temporada	Fideuá hortelana (zanahoria, guisantes, pimiento verde y rojo, cebolla) (1,3,6,10) <u>Ragout de pavo con jardinera</u> Postre lácteo (7)
9	10 - Día de la Salud Mental	11 - Día Mundial del Huevo	12	13
Arroz Tres Delicias (6) (salteado con zanahoria, maíz, york de pavo) Magro de cerdo guisado con tomate (casero) Fruta y leche (7)	Puré de verduras naturales (12) <u>Fil. ruso casero con pasta integral</u>  <u>salteada (1,3,6,10)</u> Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate) (12) Tortilla de española (patata, cebolla, huevo) con lechuga (3,12)  Fruta de temporada y pan integral		
16 - Día Mundial del Pan	17	18 - Día Mundial de Protección de la Naturaleza	19	20 - Día Internacional del Cheff
Lentejas ECO estofadas c/verduras (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Huevos revueltos con ens. Lechuga (3)  Fruta y leche (7)	Crema de calabacín y puerro (12) (calabacín, puerro, patata, aceite de oliva y sal) <u>Fil. de pollo al laurel con cous-cous (1,3,6,10)</u> Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria)  <u>fideos ECO</u> (1,3,6,10) Complemento del cocido: <u>garbanzos ECO</u> , repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada y pan integral	Coliflor Orly casera (1) Pollo al chilindrón (pimiento rojo, verde, cebolla, tomate, taquitos de jamón, pimienta) con patatas dado (12) Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduras (j.verde, zanahoria, puerro, cebolla) <u>Lacón en salsa verde (guisantes, cebolla, perejil)</u>  Postre lácteo (7)
23	24 - JORNADA SICILIANA	25	26	27
Patatas guisadas con verdura (12) Cinta de lomo adobada c/ens.de lechuga y zanahoria rallada Fruta y leche (7)	Espaguetis carbonara (nata, pimienta negra, bacon) (1,3,6,7,10) <u>Albóndigas caseras sin alérgenos a la Siciliana en salsa con berenjena y tomate</u>  Fruta de temporada	Brócoli salteado con ajitos Pollo asado a las finas hierbas con patatas panaderas Fruta de temporada y pan integral	Judías pintas estofadas a la hortelana (zanahoria, tomate natural, pimiento, cebolla, ajo) Tortilla francesa con ens. De tomate natural (3) Fruta de temporada	Puré de verduras naturales (12) <u>Taquitos de cerdo en salsa con arroz integral rehogado</u> Postre lácteo (7)
30	31			
Lentejas ECO Campesinas (12)(zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce) Revuelto de huevo con pisto casero (calabacín, pimiento verde, rojo, berenjena, cebolla, tomate) (3) Fruta y leche (7)	Guisantes rehogados con cebolla Ragout de ternera guisado con puré de patata casero (7,12) Fruta de temporada			

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



## DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Oxalatos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos Secos	Apoa	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Almendra	Miel



grupo\_servicatering

