

COLEGIO MARÍA NEBRERA

MENÚ OCTUBRE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			01	02
 Colegio María Nebrera	FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (OTOÑO) manzana, plátano/banana, pera, naranja y menderina La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.		Macarrones con tomate Nuggets de pollo con ensalada Pan integral Fruta fresca de temporada / Agua	Crema de calabaza Hamburguesa de pollo con patatas Pan blanco Fruta fresca de temporada / Agua
05	06	07	08	09
Crema de verduras Ragout de pavo con patatas Pan blanco Fruta fresca de temporada / Agua	Sopa de arroz con pollo Tortilla de espinacas con ensalada Pan integral Fruta fresca de temporada / Agua	Guisadillo de patatas con ternera Gallineta al horno en salsa zanahoria con judías verdes Pan blanco Yogur / Agua	Macarrones integrales con atún Hamburguesa de pollo con ensalada Pan integral Fruta fresca de temporada / Agua	Cocido de garbanzos Merluza en salsa de verde Pan blanco Fruta fresca de temporada / Agua
12	13	14	15	16
FESTIVO NACIONAL	Crema de calabaza al curry Lomo asado con zanahoria Pan integral Fruta fresca de temporada / Agua	Macarrones integrales con tomate Palitos de merluza con ensalada Pan blanco Fruta fresca de temporada / Agua	Potaje de habichuelas Merluza en salsa verde con menestra Pan integral Yogur / Agua	Meloso de arroz Ragout de cerdo con ensalada Pan blanco Fruta fresca de temporada / Agua
19	20	21	22	23
Crema de calabaza con manzana Jamoncitos de pollo con menestra Pan blanco Fruta fresca de temporada / Agua	Potaje de garbanzos Gallineta al horno en salsa verde con zanahoria Pan integral Yogur / Agua	Cazuela de arroz Tortilla de patata con ensalada Pan blanco Fruta fresca de temporada / Agua	Macarrones integrales boloñesa Merluza empanada con ensalada Pan integral Fruta fresca de temporada / Agua	Guisadillo de patatas con chorizo Hamburguesa de pollo con ensalada Pan blanco Fruta fresca de temporada / Agua
26	27	28	29	30
Lentejas de la huerta Merluza en salsa de zanahoria con ensalada Pan blanco Fruta fresca de temporada / Agua	Crema de verduras Ragout de pavo con judías verdes Pan integral Fruta fresca de temporada / Agua	Macarrones integrales con tomate Salchichas de pollo con ensalada Pan blanco Yogur / Agua	Potaje de alubias Tortilla de calabacín con ensalada Pan integral Fruta fresca de temporada / Agua	Arroz caldoso Gallineta al horno en salsa verde con menestra Pan blanco Fruta fresca de temporada / Agua

El menú basal no está indicado para personas con alergias o intolerancias alimentarias. Conforme al RD 1169/2011, pueden solicitar al personal de la empresa la información relativa a los alérgenos presentes. Para asegurar una correcta prestación del servicio de comedor, se ruega que las familias comuniquen siempre, y con el máximo detalle posible, cualquier alergia y/o intolerancia de su hijo/a tanto a la empresa de comedor como al centro escolar. Gracias.

La información sobre alérgenos se elabora a partir de los datos proporcionados por nuestros proveedores. No obstante, debido a los procesos de preparación de los platos, no se puede descartar la posible presencia accidental de trazas de alérgenos. Para cualquier aclaración adicional, pueden solicitar la información que consideren necesaria.

Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, melón y sandía.

La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.

