

COLEGIO MARÍA NEBRERA

MENÚ SEPTIEMBRE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				
			10	11
			Macarrones integrales con salsa de tomate, calabacín y zanahoria Jamonicitos al horno con patatas cocidas Pan Integral.  Fruta Fresca. Agua.	Sopa de arroz con pollo Lomo al horno con patatas Pan Blanco.  Fruta Fresca. Agua.
14	15	16	17	18
Lentejas  guisadas con calabaza y quinoa Tilapia  al horno con zanahoria Pan Blanco.  Fruta Fresca. Agua.	Crema de verduras Carne en salsa andaluza con menestra de verduras Pan Integral.  Fruta Fresca. Agua.	Macarrones integrales  boloñesa Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y maíz Pan Blanco.  Yogur.  Agua.	Potaje de habichuelas  Tilapia  al horno en salsa zanahoria con judías verdes Pan Integral.  Fruta Fresca. Agua.	Meloso de arroz Jamonicitos al horno con ensalada Pan Blanco.  Fruta Fresca. Agua.
21	22	23	24	25
Crema calabaza con manzana Merluza  empanada con ensalada de lechuga y zanahoria Pan Blanco.  Fruta Fresca. Agua.	Potaje de garbanzos  Tortilla  patatas con ensalada de lechuga y maíz Pan Integral.  Fruta Fresca. Agua.	Guisadillo de patatas Tilapia  horno con judías verdes Pan Blanco.  Fruta Fresca. Agua.	Macarrones  integrales con atún  Lomo horno con patatas Pan integral.  Yogur.  Agua	Sopa de verduras con arroz Tilapia  horno con ensalada de lechuga y zanahoria Pan Blanco.  Fruta Fresca. Agua.
28	29	30		
Lentejas de la huerta Carne en salsa con patatas Pan Blanco.  Fruta Fresca. Agua.	Cazuela de fideos  Tilapia  en salsa verde con menestra de verduras Pan Integral.  Fruta Fresca. Agua.	Guiso de alubias con chorizo Tortilla  de patata con ensalada Pan Blanco.  Fruta Fresca. 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.

