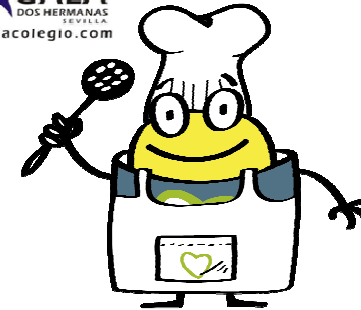


ENERO 2019

	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
<p>Ensalada Huerta (lechuga, tomate, manzana, queso fresco)</p> <p>Papas guisadas con chocos y zanahorias</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Potaje de lentejas con zanahorias</p> <p>Tortilla Francesa con ensalada de pimientos rojos y verdes</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Crema zanahoria (patata, puerro, zanahorias)</p> <p>Hamburguesa plancha con Arroz Blanco.</p> <p>Yogur/Pan Integral/Agua</p>	<p>Coditos con salsa de tomate</p> <p>Atún en salsa de cebolla con zanahorias.</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Sopa de Ave con Fideos y Zanahorias.</p> <p>Huevo cocido con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
<p>Arroz caldoso con verduras (pimientos, zanahorias, puerros)</p> <p>Bacalao guisado con tomate y coliflores</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Macarrones con tomate y queso</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes.</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Guiso de Garbanzos con Coles</p> <p>Tortillas de Patatas con Brócolis al ajillo</p> <p>Fruta Fresca/Pan Blanco/Agua</p>	<p>Ensalada mixta (lechuga, tomate, cebolla, maíz)</p> <p>Patatas revolconas con carne de cerdo en tiras con especias</p> <p>Yogur / Pan Integral/Agua</p>	<p>Alubias con chorizo</p> <p>Huevos a la flamenca en Salsa de Tomate. Guarnición zanahoria natural</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
<p>Espirales de verdura al ajo</p> <p>Revuelto de Calabacín con Ensalada de Lechuga y maíz</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Judías Verdes salteadas con patatas</p> <p>Estofado de Cerdo (Zanahorias, guisantes, cebolla, Magro de Cerdo)</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Ensalada Completa (Lechuga, zanahorias, tomate, picatostes)</p> <p>Patatas Guisadas con Caella</p> <p>Yogur/Pan Integral/Agua</p>	<p>Lentejas Jardinera (zanahorias)</p> <p>Tortilla de Patatas con Ensalada de Tomate y Lechuga</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Crema de Calabaza (calabaza, patata, Puerro)</p> <p>Arroz frito con salteado Salmón en salsa de soja.</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
<p>Salmorejo (Tomate, Pimiento, Pan, Ajo)</p> <p>Patatas estofadas con atún (Patatas, atún, zanahorias)</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Hummus de Garbanzos</p> <p>Tortilla Francesa con Ensalada de tomate natural y lechuga</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Puchero con Fideos (patatas, zanahorias, fideos)</p> <p>Pringá del puchero (Cerdo, Ternera, Pollo)</p> <p>Yogur/Pan Integral/Agua</p>	<p>Alubias estofadas (pimientos, puerros, cebolla)</p> <p>Tortilla de Patatas con ensalada de lechuga y zanahoria natural</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Espirales con calabacín y Salsa de Tomate</p> <p>Merluza al horno en salsa con Puerro, Tomate y Pimientos.</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	
<p>Cazuela de fideos con Calamares y Zanahorias</p> <p>Tortilla francesa con Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Crema de Verduras (calabacín, puerros, patatas, zanahorias)</p> <p>Empanadillas de atún con Palitos de Zanahorias</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Ensalada Variada (lechuga, tomate, zanahoria, aceitunas, maíz)</p> <p>Albondigas cerdo/vacuno jardinera (patatas, zanahorias, guisantes)</p> <p>Yogur/Pan Integral/Agua</p>	<p>Lentejas Estofadas (zanahorias, puerros, pimientos)</p> <p>Huevos Rotos con patatas y pimientos rojos.</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>	<p>Lacitos en Salsa de Tomate</p> <p>Bacalao al Horno con Hierbas Provenzales, cebolla, pimientos, tomates naturales</p> <p>Fruta Fresca / Pan Blanco/Agua</p>



Durante la semana se servirán cuatro tipos de frutas diferentes.

(manzana, pera, plátano, naranja, mandarina, fresas).

Para todas las comidas crudas y cocinadas Utilizamos Aceite de Oliva Virgen Extra

Tienen a su disposición los alérgenos que Pueden llevar cada plato.

Nuestros menús cumplen con las recomendaciones del plan EVACOLE de la Junta de Andalucía.

Las recomendaciones para las cenas están disponible en la web del colegio..