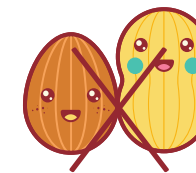


# DIETA NO FRUTOS SECOS

## CENTROS ESCOLARES

Noviembre y Diciembre 2022



LUNES
07-NOV. -05-DIC.
CREMA DE ZANAHORIAS Y ACELGAS
FIDEUÀ
PAN
FRUTA NATURAL

LUNES
08-NOV. -06-DIC.
POTAJE DE JUDIAS BLANCAS
ALBÓNDIGAS A LA CASERA
JARDINERA DE VERDURAS
PAN
FRUTA NATURAL

LUNES
09-NOV. -07-DIC.
SOPA DE PICADILLO DE POLLO
ATÚN CON MOJO CANARIO
PAPAS GUIADAS
PAN
FRUTA NATURAL

LUNES
10-NOV. -08-DIC.
POTAJE CANARIO
LENTEJAS COMPUESTAS CON VERDURAS
ARROZ BLANCO
PAN
GELATINA

VIERNES
11-NOV. -09-DIC.
CREMA DE PUERROS
TORTILLA ESPAÑOLA
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
14-NOV. -12-DIC.
POTAJE DE ESPINACAS Y ACELGAS
MACARRONES A LA CASERA
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
15-NOV. -13-DIC.
PURÉ DE CALABACÍN
ESCALOPINES DE CERDO EN SALSA
VERDURAS SALTEADAS
PAN
YOGUR DE SABORES

MIÉRCOLES
16-NOV. -14-DIC.
POTAJE DE JUDIAS PINTAS
ARROZ AMARILLO
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
17-NOV. -15-DIC.
SOPA DE TERNERA CON ESTRELLITAS
PESCADO AL HORNO EN SALSA DE LIMÓN
PAPAS AL VAPOR
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
18-NOV. -16-DIC.
PURÉ DE LENTEJAS
PIZZA FANTASÍA
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
21-NOV. -19-DIC.
SOPA MARINERA
HAMBURGUESAS DE TERNERA CON TOMATE
GUISANTES, HABICHUELAS Y ZANAHORIAS
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
22-NOV. -20-DIC.
RANCHO CANARIO
CROQUETAS DE MERLUZA S.T.
ENSALADA CAPRICHOSA
PAN
FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
23-NOV. -21-DIC.
CREMA DE CALABAZA
TORTILLA DE CALABACÍN
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
24-NOV. -22-DIC.
PURE SUAVE DE BERROS
JAMONCITOS DE POLLO EN SALMOREJO
ARROZ 3 DELICIAS
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
25-NOV. -23-DIC.
POTAJE DE LENTEJAS
SALPICÓN DE ATÚN
PAPAS AL VAPOR
PAN INTEGRAL
YOGUR DE SABORES

LUNES
28-NOV. -26-DIC.
POTAJE DE ZANAHORIA Y HOJAS VERDES
PAELLA DE CARNE
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
29-NOV. -27-DIC.
PURÉ DE HORTALIZAS
ESPAGUETTIS CON TOMATE Y SALCHICHAS
PAN
FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
30-NOV. -28-DIC.
SOPA DE POLLO Y HIERBAHUERTO
LOMITOS DE MERLUZA CON MOJO CILANTRO
PAPAS CAMPERAS
PAN
YOGUR DE SABORES

JUEVES
01-DIC. -29-DIC.
CREMA DE COLIFLOR
GARBANZAS COMPUESTAS
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
02-DIC. -30-DIC.
POTAJE DE VERDURAS DE INVIERNO
FINGERS DE POLLO ST.
ENSALADA 4 COLORES
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

La información completa sobre Ingredientes, así como la Valoración Nutricional del Menú Basal la podrán obtener a través de su Centro Educativo. En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento y del Consejo Europeo y del R.D. 126/2015