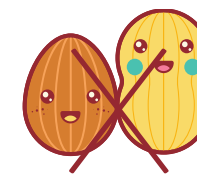


DIETA NO FRUTOS SECOS

CENTROS ESCOLARES

Noviembre y Diciembre 2023



| LUNES |
|--------------------------------|
| 06-NOV. -04-DIC. |
| CREMA DE ESPINACAS Y ZANAHORIA |
| ROPAVIEJA TRADICIONAL |
| PAN |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| LUNES |
|---------------------|
| 07-NOV. -05-DIC. |
| POTAJE CANARIO |
| ESPIRALES CON PISTO |
| QUESO RALLADO |
| PAN |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| LUNES |
|------------------------------|
| 08-NOV. -06-DIC. |
| PURÉ DE CALABAZA |
| MERLUZA CON MOJO DE CILANTRO |
| ARROZ DE LA HUERTA |
| PAN |
| YOGUR DE SABORES |

| LUNES |
|----------------------|
| 09-NOV. -07-DIC. |
| POTAJE DE LENTEJAS |
| DELICIAS DE POLLO ST |
| ENSALADA CHINA |
| PAN |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| VIERNES |
|---|
| 10-NOV. -08-DIC. |
| SOPA DE FIDEOS |
| HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA DE ZANAHORIAS |
| PURÉ DE PAPAS |
| PAN INTEGRAL |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| LUNES |
|---------------------------|
| 13-NOV. -11-DIC. |
| SOPA DE PESCADO |
| ESPAGUETTIS A LA BOLOÑESA |
| PAN |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| MARTES |
|--------------------|
| 14-NOV. -12-DIC. |
| POTAJE DE VERDURAS |
| LOMO ADOBADO. |
| ENSALADA MARAVILLA |
| PAN |
| GELATINA |

| MIÉRCOLES |
|---------------------|
| 15-NOV. -13-DIC. |
| RANCHO CANARIO |
| PASTEL DE ESPINACAS |
| PAN |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| JUEVES |
|--------------------------|
| 16-NOV. -14-DIC. |
| CREMA DE BUBANGO |
| JUDIAS PINTAS COMPUESTAS |
| ARROZ BLANCO |
| PAN |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| VIERNES |
|---------------------|
| 17-NOV. -15-DIC. |
| POTAJE DE ACELGAS |
| CROQUETAS DE CHERNE |
| TOMATE ALIÑADO |
| PAN INTEGRAL |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| LUNES |
|-------------------------------------|
| 20-NOV. -18-DIC. |
| PURÉ DE PUERROS |
| JAMONCITOS DE POLLO A LA BARBACOA |
| GUISANTES, HABICHUELAS Y ZANAHORIAS |
| PAN |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| MARTES |
|-----------------------|
| 21-NOV. -19-DIC. |
| POTAJE DE LENTEJAS |
| SALCHICHAS CON TOMATE |
| ARROZ BLANCO |
| PAN |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| MIÉRCOLES |
|--------------------|
| 22-NOV. -20-DIC. |
| SOPA DE POLLO |
| CHURROS DE PESCADO |
| ENSALADA 4 COLORES |
| PAN |
| YOGUR DE SABORES |

| JUEVES |
|--|
| 23-NOV. -21-DIC. |
| POTAJE DE JUDIAS PINTAS |
| MACARRONES CON ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA |
| PAN |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| VIERNES |
|--------------------------------------|
| 24-NOV. -22-DIC. |
| CREMA DE CALABAZA |
| PIZZA DE ATÚN, ACEITUNAS Y MOZARELLA |
| PAN INTEGRAL |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| LUNES |
|------------------------------|
| 27-NOV. -25-DIC. |
| PURÉ SUAVE DE JUDÍAS BLANCAS |
| LOMITOS DE ATÚN EN ADOBO |
| SALTEADO DE VERDURAS |
| PAN |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| MARTES |
|-----------------------------------|
| 28-NOV. -26-DIC. |
| SOPA DE TERNERA |
| ARVEJAS COMPUESTAS CON HUEVO DURO |
| PAN |
| GELATINA |

| MIÉRCOLES |
|----------------------------|
| 29-NOV. -27-DIC. |
| POTAJE DE GARBANZOS |
| CROQUETAS DE JAMÓN |
| ENSALADA DE TOMATE Y MILLO |
| PAN |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| JUEVES |
|--------------------|
| 30-NOV. -28-DIC. |
| CREMA DE COLIFLOR |
| POLLO AL CURRY |
| ARROZ PILAW |
| PAN |
| FRUTA DE TEMPORADA |

| VIERNES |
|----------------------|
| 01-DIC. -29-DIC. |
| POTAJE DE HORTALIZAS |
| TORTILLA DE PAPAS |
| PAN INTEGRAL |
| FRUTA DE TEMPORADA |

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