

MENÚ ESCOLAR DE CPR INF-PRI-SEC "HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN" C.EDUCATIVO TORREJÓN DE ARDOZ

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31 Espirales de verdura con tomate Nuggets de pollo Fruta Merienda: Yogur y galletas	1 <p style="text-align: center;">FESTIVO</p>	2 Judías verdes rehogadas San Jacobo Yogur Merienda : Fruta y galletas	3 Sopa de cocido (jamón , huesos , pollo , gallina y morcillo) Cocido completo (Garbanzos, carne, verdura, patata y zanahoria...) Yogur natural Merienda: Yogur y fruta	4 Crema de calabacín Filete de merluza rebozado con ensalada Fruta fresca Merienda: Canapé y zumo
7 Lacitos de verdura con tomate casero Croquetas de pescado con ensalada Fruta fresca Merienda:Yogur y galletas	8 Garbanzos guisados Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca Merienda: Macedonia de fruta	9 Paella de pollo y verduras Ensalada (lechuga, tomate, maíz, y zanahoria rallada) Yogur Merienda : Fruta y galletas	10 Puré de calabaza con puerro Albóndigas de ternera con patatas asadas. Fruta fresca Merienda: Yogur y fruta	11 Judías blancas guisadas con verduras Lomos de bacalao con pisto Fruta fresca Merienda: Canapé y zumo
14 Espagueti salteados al ajillo Filete de merluza rebozado Lechuga y zanahoria de guarnición Fruta fresca Merienda:Yogur y galletas	15 Sopa de cocido (jamón , huesos , pollo , gallina y morcillo) Cocido completo (Garbanzos, carne, verdura, patata y zanahoria...) Fruta fresca Merienda: Macedonia de fruta	16 Menestra de verduras guisadas Pollo asado Patatas asadas de guarnición Yogur Merienda : Fruta y galletas	17 Patatas guisadas con costillas Varitas de merluza y ensalada Fruta fresca Merienda: Yogur y fruta	18 Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca Merienda: Canapé y zumo
21 Tallarines con carne y salsa de tomate casero Filete de merluza rebozado Fruta fresca Merienda:Yogur y galletas	22 Judías blancas guisadas con verduras Croquetas de jamón con ensalada Fruta fresca Merienda: Macedonia de fruta	23 Brócoli al vapor. Pollo en salsa de zanahoria con patatas Yogur Merienda : Fruta y galletas	24 Sopa de cocido (jamón , huesos , pollo , gallina y morcillo) Cocido completo (Garbanzos, carne, repollo, patata y zanahoria...) Fruta fresca Merienda: Yogur y fruta	25 Arroz blanco con tomate casero Bacalao enharinado con ensalada Fruta fresca Merienda: Canapé y zumo
28 Macarrones con tomate casero y queso Filete de merluza al horno con limón. Fruta fresca Merienda:Yogur y galletas	29 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca Merienda: Macedonia de fruta	30 Puré de calabaza con puerro Albóndigas de ternera con patatas Yogur Merienda : Fruta y galletas		

El menú diario se adapta a las necesidades específicas de cada una de las alergias alimentarias.



El menú diario va acompañado de agua y pan.

Las frutas son frescas y de temporada.

La mayoría de los platos son elaborados al horno para evitar los fritos.

Cuando freímos, en aceite de un solo uso, desechando el sobrante para reciclar.