

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>1</p> <p>VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>2</p> <p>Lentejas guisadas con verdura Filete de pollo empanado Ensalada Fruta fresca</p> <p>Cena: Verdura y pescado. Fruta</p>	<p>3</p> <p>Crema de puerro y calabaza Tortilla de patata Ensalada Yogur</p> <p>Cena: Verduras y carne. Fruta</p>	<p>4</p> <p>Arroz con tomate Merluza a la romana</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Cena: carne blanca y ensalada. Lácteo</p>	<p>5</p> <p>Sopa de cocido con fideos Cocido completo Repollo rehogado Fruta fresca</p> <p>Cena: Verdura y pescado. Fruta</p>
<p>8</p> <p>Lacitos de verdura con tomate Merluza al horno con limón</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Cena: Ternera con verduras</p>	<p>9</p> <p>Crema de calabacín Pollo asado con patatas</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Cena: Pescado, ensalada. Lácteo</p>	<p>10</p> <p>Alubias estofadas con verdura Tortilla francesa y ensalada</p> <p>Yogur</p> <p>Cena: Carne blanca, ensalada. Fruta</p>	<p>11</p> <p>Paella de pollo y verduras Ensalada completa</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Cena: pescado y verdura. Fruta</p>	<p>12</p> <p>Sopa maravilla de pollo Atún con tomate</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Cena: ternera con arroz. Fruta</p>
<p>15</p> <p>Pasta tiburón con tomate Filetes de merluza al horno con ensalada Fruta fresca</p> <p>Cena: Verdura, carne blanca. Lácteo</p>	<p>16</p> <p>Judías blancas con verdura y chorizo Tortilla de patata.</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Cena: Pescado y ensalada. Fruta</p>	<p>17</p> <p>Crema de puerro Pollo en pepitoria</p> <p>Yogur</p> <p>Cena: Tortilla francesa y ensalada.</p>	<p>18</p> <p>Brócoli al vapor Croquetas de jamón con ensalada.</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Cena: Pasta y ternera. Fruta</p>	<p>19</p> <p>Arroz tres delicias Lomitos de bacalao con ensalada.</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Cena: Pavo con verdura. Lácteo</p>
<p>22</p> <p>Espagueti con salsa boloñesa Varitas de merluza con ensalada</p> <p>Fruta fresca.</p> <p>Cena: Ternera , ensalada. Fruta</p>	<p>23</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo (repollo , zanahoria patata, carne....) Fruta fresca.</p> <p>Cena: Tortilla francesa con verduras.</p>	<p>24</p> <p>Judías verdes Abondigas con patatas</p> <p>Yogur.</p> <p>Cena: Pescado con arroz. Fruta</p>	<p>25</p> <p>Puré de verdura Pollo al chilindrón</p> <p>Fruta fresca.</p> <p>Cena: Verdura al horno y arroz. Lácteo</p>	<p>26</p> <p>Lentejas estofadas con verdura Tortilla de patata con ensalada</p> <p>Fruta fresca.</p> <p>Cena: pavo con verduras. Fruta</p>
<p>29</p> <p>Macarrones con chorizo Filete de merluza empanado Ensalada. Fruta fresca</p> <p>Cena: Filete de pollo y verdura.</p>	<p>30</p> <p>Puré de verduras Pollo asado con patatas.</p> <p>Fruta fresca.</p> <p>Cena: Pescado y ensalada. lácteo</p>			

MENU MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALER-GIA/INTOLERANCIA:

INTOLERANCIA AL GLUTEN:

Pasta sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.

ALERGIA AL PESCADO Y/O MARISCO

Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

ALERGIA A LA PROTEI-NA LECHE DE VACA

Alimentos libres de PLV

ALERGIA AL HUEVO

Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo

ALERGIA A FRUTOS SECOS

Elaboración de alimentos sin ningún fruto seco

ALERGIA A SOJA

Elaboración de los alimentos sin soja

El menú diario va acompañado de agua y pan.

Las frutas son frescas y de temporada.

El aceite de oliva virgen para todos los guisos. Alto oleico para freidoras.

MENÚ ESCOLAR DE CPR NURSERY "HUMANITAS BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN" C. EDUCATIVO TORREJÓN DE ARDOZ

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>1</p> <p>VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>2</p> <p>Lentejas guisadas con verdura Filete de pollo empanado Ensalada Fruta fresca</p> <p>Merienda: Macedonia de fruta</p>	<p>3</p> <p>Crema de puerro y calabaza Tortilla de patata Ensalada Yogur</p> <p>Merienda: Yogur y galletas</p>	<p>4</p> <p>Arroz con tomate Merluza a la romana</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Merienda: Fruta y galletas</p>	<p>5</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo (repollo , zanahoria patata, carne....) Fruta fresca</p> <p>Merienda: canapé y leche</p>
<p>8</p> <p>Lacitos de verdura con tomate Merluza al horno con limón</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Merienda: Yogur y fruta</p>	<p>9</p> <p>Crema de calabacín Pollo asado con patatas</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Merienda: Macedonia de fruta</p>	<p>10</p> <p>Alubias estofadas con verdura Tortilla francesa y ensalada</p> <p>Yogur</p> <p>Merienda: Yogur y galletas</p>	<p>11</p> <p>Paella de pollo y verduras Ensalada completa</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Merienda: Fruta y galletas</p>	<p>12</p> <p>Sopa maravilla de pollo Atún con tomate</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Merienda: canapé y leche</p>
<p>15</p> <p>Pasta tiburón con tomate Filetes de merluza al horno con ensalada Fruta fresca</p> <p>Merienda: Yogur y galletas</p>	<p>16</p> <p>Judías blancas con verdura y chorizo Tortilla de patata.</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Merienda: Macedonia de fruta</p>	<p>17</p> <p>Crema de puerro Pollo en pepitoria</p> <p>Yogur</p> <p>Merienda: Yogur y galletas</p>	<p>18</p> <p>Brócoli al vapor Croquetas de jamón con ensalada.</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Merienda: Fruta y galletas</p>	<p>19</p> <p>Arroz tres delicias Lomitos de bacalao con ensalada.</p> <p>Fruta fresca</p> <p>Merienda: canapé y leche</p>
<p>22</p> <p>Espaguetti con salsa boloñesa Varitas de merluza con ensalada Fruta fresca.</p> <p>Merienda: Yogur y galletas</p>	<p>23</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo (repollo , zanahoria patata, carne....) Fruta fresca.</p> <p>Merienda: Macedonia de fruta</p>	<p>24</p> <p>Judías verdes Abondigas con patatas</p> <p>Yogur.</p> <p>Merienda: Yogur y galletas</p>	<p>25</p> <p>Puré de verdura Pollo al chilindrón</p> <p>Fruta fresca.</p> <p>Merienda: Fruta y galletas</p>	<p>26</p> <p>Lentejas estofadas con verdura Tortilla de patata con ensalada</p> <p>Fruta fresca.</p> <p>Merienda: canapé y leche</p>
<p>29</p> <p>Macarrones con chorizo Filete de merluza empanado Ensalada. Fruta fresca</p> <p>Merienda: Yogur y galletas</p>	<p>30</p> <p>Puré de verduras Pollo asado con patatas.</p> <p>Fruta fresca.</p> <p>Merienda: Macedonia de fruta</p>			

MENU MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALER-GIA/INTOLERANCIA:

INTOLERANCIA AL GLUTEN:

Pasta sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.

ALERGIA AL PESCADO Y/O MARISCO

Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

ALERGIA A LA PROTEINA LECHE DE VACA

Alimentos libres de PLV

ALERGIA AL HUEVO

Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo

ALERGIA A FRUTOS SECOS

Elaboración de alimentos sin ningún fruto seco

ALERGIA A SOJA

Elaboración de los alimentos sin soja

El menú diario va acompañado de agua y pan.

Las frutas son frescas y de temporada.

El aceite de oliva virgen para todos los guisos.
Alto oleico para freidoras.

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 VACACIONES SEMANA SANTA	2 Puré de patata Filete de pollo la plancha Fruta fresca	3 Crema de zanahoria Tortilla francesa Fruta fresca	4 Arroz Merluza al horno Fruta fresca	5 Sopa desgrasada Carne cocida, patata, zanahoria Fruta fresca
8 Pasta blanca Merluza al horno Fruta fresca	9 Crema de zanahoria Pollo al horno Fruta fresca	10 Puré de patata Tortilla francesa Fruta fresca	11 Arroz con pollo Fruta fresca	12 Sopa desgrasada Pescado al horno Fruta fresca
15 Pasta blanca Merluza al horno Fruta fresca	16 Puré de patata Tortilla francesa Fruta fresca	17 Crema de zanahoria Jamón york Fruta fresca	18 Puré de patata y zanahoria Filete a la plancha Fruta fresca	19 Arroz Bacalao al horno Fruta fresca
22 Pasta blanca Merluza al horno Fruta fresca.	23 Sopa desgrasada Carne cocida, patata, zanahoria Fruta fresca	24 Puré de patata Jamón york Fruta fresca	25 Puré de zanahoria Pollo a la plancha Fruta fresca.	26 Arroz Tortilla francesa Fruta fresca.
29 Pasta blanca Merluza al horno Fruta fresca	30 Puré de patata Pollo asado al horno Fruta fresca.			

MENU MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALER-GIA/INTOLERANCIA:

INTOLERANCIA AL GLUTEN:

Pasta sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia.

ALERGIA AL PESCADO Y/O MARISCO

Sustitución por pollo, cerdo o ternera.

ALERGIA A LA PROTEI-NA LECHE DE VACA

Alimentos libres de PLV

ALERGIA AL HUEVO

Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo

ALERGIA A FRUTOS SECOS

Elaboración de alimentos sin ningún fruto seco

ALERGIA A SOJA

Elaboración de los alimentos sin soja

El menú diario va acompañado de agua y pan.

Las frutas son frescas y de temporada.

El aceite de oliva virgen para todos los guisos.
Alto oleico para freidoras.