

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>2 Espagueti con salsa carbonara// boloñesa E.I Filete de merluza al horno con guisantes Fruta fresca</p> <p>Cena: Tortilla francesa de jamón. Lácteo</p>	<p>3 Lentejas guisadas con verdura Tortilla de patata Ensalada Fruta fresca</p> <p>Cena: pescado y ensalada. lácteo</p>	<p>4 Brócoli al vapor Pollo al chilindrón con patata asada Yogur.</p> <p>Cena: ternera con ensalada. Fruta</p>	<p>5 Arroz con tomate Lomitos de bacalao con ensalada Fruta fresca.</p> <p>Cena: Ensalada y carne blanca. Lácteo</p>	<p>6 Crema de calabaza y calabacín Hamburguesa con arroz de guarnición. Fruta fresca.</p> <p>Cena: pescado y verdura. Fruta</p>
<p>9 Judías verdes cocidas Filete de salmón al horno con guisantes. Fruta fresca.</p> <p>Cena: Arroz, carne blanca. Lácteo</p>	<p>10 Macarrones con chorizo tomate Croquetas de jamón con ensalada. Fruta fresca.</p> <p>Cena: Pescado y verdura. Fruta</p>	<p>11 Lentejas guisadas con verdura Tortilla francesa con champiñón de guarnición Yogur</p> <p>Cena: Ensalada y hamburguesa. Lácteo</p>	<p>12 Paella de carne y verdura Ensalada completa Fruta fresca.</p> <p>Cena: Tortilla francesa con jamón. Fruta</p>	<p>13 Ensalada de garbanzos con hortalizas Filete de merluza al horno con zanahoria asada. Fruta fresca.</p> <p>Cena: ternera con verdura. Fruta</p>
<p>16 Ensalada de pasta con huevo, atún y maíz. Filete de merluza enharinado con champiñón. Fruta fresca.</p> <p>Cena: filete de pavo con hortalizas. Lácteo</p>	<p>17 Arroz con salsa de tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca.</p> <p>Cena: Pescado con verduras. Lácteo.</p>	<p>18 Puré de verdura Pollo asado con patatas Yogur</p> <p>Cena: Tortilla francesa con queso. fruta</p>	<p>19 Judías blancas guisadas con chorizo Croquetas de pollo con ensalada Fruta fresca</p> <p>Cena: carne blanca y arroz. Lácteo</p>	<p>20 Sopa de fideo Pastel de carne Helado</p> <p>Cana: hervido de pescado y patata. Fruta</p>
<p>23 VACACIONES</p>	<p>24 VACACIONES</p>	<p>25 VACACIONES</p>	<p>26 VACACIONES</p>	<p>27 VACACIONES</p>
<p>30 VACACIONES</p>				

MENU MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIAS/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, siendo éste una vez por semana **integral**.

Las frutas son frescas y de temporada.

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



Comunidad de Madrid
CONSEJERÍA DE SANIDAD

Menú valorado por el servicio de asesoramiento nutricional del menú escolar de la Consejería de la Comunidad de Madrid.

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>2 Espagueti con salsa carbonara// boloñesa E.I Filete de merluza al horno con guisantes Fruta fresca Merienda: Yogur y fruta</p>	<p>3 Lentejas guisadas con verdura Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca Merienda: macedonia de fruta</p>	<p>4 Brócoli al vapor Pollo al chilindrón con patata asada Yogur. Merienda: fruta y galletas</p>	<p>5 Arroz con tomate Lomitos de bacalao con ensalada. Fruta fresca. Merienda: yogur y fruta</p>	<p>6 Crema de calabaza y calabacín Hamburguesa con arroz de guarnición. Fruta fresca. Merienda: canapé y leche</p>
<p>9 Judías verdes con zanahoria Filete de salmón al horno con guisantes. Fruta fresca. Merienda: Yogur y fruta</p>	<p>10 Macarrones con chorizo y tomate. Croquetas de jamón con ensalada. Fruta fresca. Merienda: macedonia de fruta</p>	<p>11 Lentejas guisadas con verdura Tortilla francesa con champiñón de guarnición Yogur Merienda: fruta y galletas</p>	<p>12 Paella de carne y verdura Ensalada completa Fruta fresca. Merienda: yogur y fruta</p>	<p>13 Ensalada de garbanzos con hortalizas Filete de merluza al horno con zanahoria asada. Fruta fresca. Merienda: canapé y leche</p>
<p>16 Ensalada de pasta con huevo atún y maíz. Filete de merluza enharinado con champiñón. Fruta fresca. Merienda: Yogur y fruta</p>	<p>17 Arroz con salsa de tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca. Merienda: macedonia de fruta</p>	<p>18 Puré de verdura Pollo asado con patatas Yogur Merienda: fruta y galletas</p>	<p>19 Judías blancas guisadas con chorizo Croquetas de pollo con ensalada Fruta fresca Merienda: yogur y fruta</p>	<p>20 Sopa de fideos Pastel de carne Helado Merienda: canapé y leche</p>
<p>23 FIESTA LOCAL</p>	<p>24 FIESTA LOCAL</p>	<p>25 Macarrones con chorizo y tomate Merluza al horno Yogur Merienda: fruta y galletas</p>	<p>26 Ensalada campera Pollo asado con patatas Fruta fresca Merienda: yogur y fruta</p>	<p>27 Brócoli al vapor Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca Merienda: canapé y leche</p>
<p>30 Espagueti con salsa boloñesa Merluza al horno con ensalada. Fruta fresca Merienda: Yogur y fruta</p>				

MENU MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIA/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.



Comunidad de Madrid
CONSEJERÍA DE SANIDAD

Menú valorado por el servicio de asesoramiento nutricional del menú escolar de la Consejería de la Comunidad de Madrid

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Pasta blanca Merluza la horno Fruta fresca	3 Pure de patata Tortilla francesa Fruta fresca	4 Pure de zanahoria Pollo a la plancha Fruta fresca	5 Arroz blanco Bacalao al horno Fruta fresca.	6 Arroz Jamón york cocido.. Fruta fresca.
9 Pasta blanca Salmon al horno Fruta fresca.	10 Pure de zanahoria Jamón york cocido. Fruta fresca.	11 Puré de patata Tortilla francesa Fruta fresca	12 Arroz con pollo Fruta fresca.	13 Hervido de patata y pescado Fruta fresca.
16 Pasta blanca Salmon al horno Fruta fresca.	17 Arroz blanco Tortilla francesa Fruta fresca.	18 Puré de zanahoria Pollo al horno Fruta fresca	19 Puré de patata Jamón york cocido. Fruta fresca	20 Sopa desgrasada Pollo a la pancha Fruta fresca.
23 VACACIONES	24 VACACIONES	25 VACACIONES	26 VACACIONES	27 VACACIONES
30 VACACIONES				

MENU MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIA/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.