

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Margaritas con tomate y huevo Filete de merluza al horno con limón Fruta fresca Merienda: fruta y galletas	3 Judías verdes con zanahoria Albóndigas al horno con arroz Fruta fresca Merienda: Macedonia de fruta	4 Sopa de cocido con fideos integrales Cocido completo (Garbanzos, carne, verdura, patata y zanahoria...) Yogur Merienda: fruta y galletas	5 Puré de verduras Salmón en salsa con hortalizas Fruta fresca Merienda: yogur y fruta	6 Arroz tres delicias Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca Merienda: canapé y leche
9 Margaritas con tomate y huevo Merluza al horno Ensalada Fruta fresca Merienda: fruta y galletas	10 Puré de calabacín. Tortilla francesa acompañada de champiñón Fruta fresca Merienda: Macedonia de fruta	11 Lentejas estofadas con verdura Hamburguesa al horno con arroz Yogur Merienda: fruta y galletas	12 Brócoli al vapor Lomos de bacalao con pisto. Fruta fresca Merienda: yogur y fruta	13 Sopa de cocido con fideos integrales Cocido completo (Garbanzos, carne, verdura, patata y zanahoria...) Fruta fresca Merienda: canapé y leche
16 Macarrones integrales con chorizo Filete de merluza en salsa con guisantes Fruta fresca Merienda: fruta y galletas	17 Puré de verduras Salchichas de pollo al horno con arroz Fruta fresca Merienda: Macedonia de fruta	18 Potaje de legumbre y verdura Tortilla de patata con ensalada Yogur Cena: Pescado con patata al horno. Fruta	19 Arroz con tomate Croquetas de jamón con ensalada Fruta fresca Merienda: yogur y fruta	20 Lentejas estofadas con verdura Lomos de Bacalao con tomate Fruta fresca Merienda: canapé y leche
23 Pasta tiburón con salsa de tomate Filetes de merluza en salsa. Fruta fresca. Merienda: fruta y galletas	24 Sopa de cocido con fideos Cocido completo (Garbanzos, carne, verdura, patata y zanahoria...) Fruta fresca Merienda: Macedonia de fruta	25 Paella de carne y verdura Ensalada completa Yogur Merienda: fruta y galletas	26 Patatas con costillas Tortilla francesa con ensalada Fruta fresca Merienda: yogur y fruta	27 Brócoli al vapor Lomos de bacalao con pisto. Fruta fresca Merienda: canapé y leche
30 Tallarines con tomate Merluza al horno con ensalada Fruta fresca Merienda: fruta y galletas	31 Crema de calabaza Tortilla de patata con ensalada. Fruta fresca. Merienda: Macedonia de fruta			

HUMANITAS
BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN

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 PROTEÍNA 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



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

El menú diario va acompañado de agua y pan, siendo éste dos veces por semana integral.

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
		1 Arroz con salsa de tomate Croquetas caseras de jamón con ensalada Yogur Fruta fresca Merienda: fruta y galletas	2 FESTIVO	3 FESTIVO
6 Espagueti con salsa boloñesa Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca Merienda: yogur y galletas	7 Crema de calabacín Pollo asado Patatas de guarnición. Fruta fresca Merienda: macedonia de fruta	8 Sopa de fideo integral Cocido completo Yogur Merienda: fruta y galletas	9 Paella de arroz con verdura y carne Ensalada completa (lechuga, tomate, huevo, zanahoria atún y maíz) Fruta fresca Merienda: yogur y fruta	10 Judías verdes con zanahoria Merluza al horno con limón y ensalada. Fruta fresca Merienda: canapé y leche
13 Macarrones con picadillo de chorizo Filete de merluza con limón. Fruta fresca Merienda: yogur y galletas	14 Brócoli con patata al vapor Croqueta de jamón con ensalada. Fruta fresca Merienda: macedonia de fruta	15 Lentejas guisada con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Merienda: fruta y galletas.	16 Arroz blanco con tomate Bacalao al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Merienda: yogur y fruta	17 Sopa de fideo integral Cocido completo (garbanzos, carne, verdura) Fruta fresca Merienda: canapé y leche
20 Espagueti con salsa boloñesa Salmón en salsa con champiñón Fruta fresca. Merienda: yogur y galletas	21 Arroz al horno con salsa de tomate Hamburguesa de ternera y cerdo Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Merienda: macedonia de fruta	22 Judías verdes cocidas Pollo al chilindrón con arroz de guarnición. Yogur Merienda: fruta y galletas	23 Puré de calabaza y zanahoria Tortilla de patata con ensalada Fruta fresca Merienda: yogur y fruta	24 Garbanzos guisados con verduras Bacalao con salsa de tomate y pisto de guarnición. Fruta fresca Merienda: canapé y leche
27 Pasta tiburón con salsa de tomate Filete de pollo empanado con patatas asadas. Fruta fresca Merienda: yogur y galletas	28 Judías blancas guisadas con chorizo Huevos cocidos con pisto. Fruta fresca Merienda: macedonia de fruta	29 Brócoli al vapor Filete de salmón al horno con guisantes. Yogur Merienda: fruta y galletas	30 Paella de arroz con verdura y carne Ensalada completa (lechuga, tomate, huevo, zanahoria atún y maíz) Fruta fresca Merienda: yogur y fruta	

HUMANITAS
BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN

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 PROTEÍNA 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.



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 VACACIONES SEMANA SANTA	3 VACACIONES SEMANA SANTA
6 VACACIONES SEMANA SANTA	7 Crema de calabacín Pollo asado Patatas de guarnición. Fruta fresca Cena: verduras y carne blanca . Fruta	8 Sopa de fideo integral   Cocido completo (garbanzos, carne ,verdura) Yogur  Cena: Tortilla francesa y ensalada. Fruta	9 Paella de arroz con verdura y carne Ensalada completa (lechuga , tomate, huevo, zanahoria atún y maíz)   Fruta fresca Cena: sopa de verduras y pescado	10 Judías verdes con zanahoria Merluza al horno con limón y ensalada.  Fruta fresca Cena: hamburguesa casera y arroz
13 Macarrones con picadillo de chorizo    Filete de merluza con limón.  Fruta fresca Cena: ternera a la plancha con verduras	14 Brócoli con patata al vapor Croqueta de jamón con ensalada.         Fruta fresca Cena: menestra de verduras. Fruta	15 Lentejas guisada con verduras Tortilla de patata  Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur  Cena: pescado a la plancha y ensalada. fruta	16 Arroz blanco con tomate Bacalao al horno  Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Cena: tortilla francesa y tomate natural. Lácteo	17 Sopa de fideo integral    Cocido completo (garbanzos, carne, verdura) Fruta fresca Cena: verduras a la plancha con arroz. Fruta
20 Espagueti con salsa boloñesa   Salmón en salsa con champiñón  Fruta fresca. Cena: pollo a la plancha y ensalada. Fruta	21 Arroz al horno con salsa de tomate Hamburguesa de ternera y cerdo    Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca Cena: pescado y hortalizas. fruta	22 Judías verdes cocidas Pollo al chilindrón con arroz de guarnición. Yogur  Cena: sopa de verduras y ternera. Fruta	23 Puré de calabaza y zanahoria Tortilla de patata con ensalada  Fruta fresca Cena: verdura al vapor y pavo. Lácteo	24 Garbanzos guisados con verduras Bacalao con salsa de tomate y pisto de guarnición.  Fruta fresca Cena: ensalada con queso fresco. Fruta
27 Pasta tiburón con salsa de tomate    Filete de pollo empanado con patatas asadas.  Fruta fresca Cena: hervido de patata y pescado. fruta	28 Judías blancas guisadas con chorizo Huevos cocidos con pisto.  Fruta fresca Cena: verdura con arroz	29 Brócoli al vapor Filete de salmón al horno con guisantes.  Yogur  Cena: Sopa de pollo y pavo a la plancha. Fruta	30 Paella de arroz con verdura y carne Ensalada completa (lechuga , tomate, huevo, zanahoria atún y maíz)   Fruta fresca Cena: tortilla francesa y verduras. Fruta	

HUMANITAS
BILINGUAL SCHOOL TORREJÓN

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 PROTEÍNA 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.

