

MENÚ DEL COMEDOR ESCOLAR. SEPTIEMBRE DE 2024.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9	10	11	12	13
Arroz ^{1,2,3} de verduras 266/ 307 Kcal Bacalao ⁴ al horno con tomate triturado 149/ 167 Kcal Fruta 537/ 621 Kcal	Macarrones ¹ con tomate y queso ⁶ 266/304 Kcal Merluza ⁴ al horno con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 171/ 191 Kcal Yogur ⁶ 579/ 637 Kcal	FESTIVO	FESTIVO	FESTIVO
16	17	18	19	20
Sopa ¹ de cocido 218/ 268 Kcal Albóndigas ¹ en salsa 283/ 378 Kcal Fruta 623/ 793 Kcal	Judía verde con patata 185/ 197 Kcal Longaniza ^{1,13} con tomate triturado 254/303 Kcal Fruta 561/ 647 Kcal	Garbanzos con huevo duro ² 250/ 322 Kcal Pollo asado con champiñones 206/ 277 Kcal Fruta 577/ 712 Kcal	Espaguetis ¹ con tomate y queso ⁶ 266/304 Kcal Merluza ⁴ al horno con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 171/ 191 Kcal Fruta 559/ 642 Kcal	Borrajitas con patata 185/ 197 Kcal Carne magra con fritada 226/ 305 Kcal Yogur ⁶ 553/ 644 Kcal
23	24	25	26	27
Lentejas con arroz 210/ 282 Kcal Pechuga de pollo empanada ^{1,2} con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 252/ 322 Kcal Yogur ⁶ 604/ 746 Kcal	Sopa ¹ de cocido 218/ 268 Kcal Tortilla ² de patata con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 257/ 267 Kcal Fruta 597/ 682 Kcal	Alubias con hortalizas 188/ 243 Kcal Salmón ⁴ al horno con champiñones 245/ 283 Kcal Fruta 555/ 673 Kcal	Coliflor con patata 179/ 191 Kcal Alitas de pollo con ensalada (tomate, zanahoria y maíz) 225 /376 Kcal Fruta 526/ 714 Kcal	Macarrones ¹ con tomate y queso ⁶ 266/304 Kcal Merluza ⁴ al horno con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 171/ 191 Kcal Fruta 559/ 642 Kcal
30				
Crema ⁶ de calabacín 199/ 229 Kcal Lomo empanado ^{1,2} con ensalada variada (lechuga, tomate, maíz y olivas) 272/ 305 Kcal Yogur ⁶ 593/ 681 Kcal				

- Los menús pueden sufrir variaciones por causas ajenas a nuestra voluntad.
- Menú supervisado por **Yoana Terés Castel, Dietista-Nutricionista. N.º Colegiada: ARA00105.**
- Para más información consulta el apartado Comedor escolar, en www.ceipvictormendoza.es

ALERGENOS						
1.GLUTEN	2.HUEVO	3.CRUSTÁCEOS	4.PESCADO	5.MOLUSCOS	6.LACTOSA	7.FRUTOS DE CÁSCARA
8.CACAHUETE	9.SOJA	10.APIO	11.MOSTAZA	12.SÉSAMO	13.SULFITOS	14.ALTRAMUCES