

MENÚ COMEDOR ESCOLAR - OCTUBRE 2013 - BASAL

	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
PRIMER PLATO	JUDÍAS VERDES CON PATATA Y ZANAHORIA	MARMITAKO	POTAJE DE GARBANZOS	PURE DE VERDURAS
SEGUNDO PLATO	HUEVOS GRATINADOS CON BECHAMEL	POLLO A LA RIOJANA	VENTRESCA DE BACALAO EN SALSA	CINTA DE LOMO AL HORNO
GUARNICIÓN	ENSALADA	VERDURITAS	ENSALADA	CHAMPIÑONES
POSTRE	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
PRIMER PLATO	ARROZ CON POLLO	MACARRONES CON TOMATE	PATATAS CON BACALAO	LENTEJAS ESTOFADAS	CREMA DE ZANAHORIA
SEGUNDO PLATO	TORTILLA DE ATÚN	RODAJA HALIBUT CON SALSA DE PIMIENTO	FILETE DE SAJONIA	SAN MARINO DE MERLUZA	POLLO ASADO
GUARNICIÓN	ENSALADA	PATATA COCIDA	VERDURITAS	ENSALADA	CHAMPIÑONES
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PRIMER PLATO	CANELONES DE ATÚN	ALUBIAS A LA ASTURIANA	ARROZ CON SALCHICHAS	SOPA DE COCIDO	CREMA DE CALABAZA
SEGUNDO PLATO	RODAJA DE MERLUZA CON ACEITE DE OLIVA	TORTILLA DE PIMIENTOS	GALLO A LA ROMANA	COCIDO COMPLETO	HAMBURGUESA
GUARNICIÓN	ZANAHORIA BABY	VERDURITAS	ENSALADA		ENSALADA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA EN ALMÍBAR

	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
PRIMER PLATO	MACARRONES BOLOÑESA	LENTEJAS CON VEGETALES	PATATAS A LA RIOJANA	JUDÍAS VERDES CON JAMÓN	CREMA DE VERDURAS
SEGUNDO PLATO	RODAJA DE HALIBUT A LA VASCA	TORTILLA DE CHORIZO	POLLO AL CHILINDRÓN	VENTRESCA DE MERLUZA CON TOMATE	SALCHICHAS DE AVE EN SALSA
GUARNICIÓN	CHAMPIÑONES	ENSALADA	VERDURITAS	ENSALADA	PATATA COCIDA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31
PRIMER PLATO	ARROZ CON TOMATE	GARBANZOS CON TOMATE	CODITOS CON ATÚN	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS
SEGUNDO PLATO	DELICIAS DE MERLUZA	PECHUGA DE POLLO AL AJILLO	TORTILLA DE PATATA	GALLO AL HORNO CON SALSA VERDE
GUARNICIÓN	ENSALADA	CHAMPIÑONES	ENSALADA	PATATA COCIDA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR

MENÚ COMEDOR ESCOLAR - OCTUBRE 2013 - MUSULMÁN

	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
PRIMER PLATO	JUDIAS VERDES CON PATATA Y ZANAHORIA	MARMITAKO	POTAJE DE GARBANZOS	PURE DE VERDURAS
SEGUNDO PLATO	HUEVOS GRATINADOS CON BECHAMEL	POLLO A LA RIOJANA	VENTRESCA BACALAO EN SALSA	GALLO A LA MADRILEÑA
GUARNICIÓN	ENSALADA	VERDURITAS	ENSALADA	CHAMPIÑONES
POSTRE	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
PRIMER PLATO	ARROZ CON POLLO	MACARRONES CON TOMATE	PATATAS CON BACALAO	LENTEJAS ESTOFADAS	CREMA ZANAHORIA
SEGUNDO PLATO	TORTILLA DE ATÚN	RODAJA DE HALIBUT CON SALSA DE PIMIENTOS	ALBÓNDIGAS JARDINERA	SAN MARINO DE MERLUZA	POLLO ASADO
GUARNICIÓN	ENSALADA	PATATA COCIDA	VERDURITAS	ENSALADA	CHAMPIÑONES
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PRIMER PLATO	CANELONES DE ATÚN	PURÉ MIXTO	ARROZ CON SALCHICHAS	SOPA DE COCIDO	CREMA CALABAZA
SEGUNDO PLATO	RODAJA MERLUZA CON ACEITE OLIVA	TORTILLA DE PIMIENTOS	GALLO A LA ROMANA	TORTILLA FRANCESA	HAMBURGUESA
GUARNICIÓN	ZANAHORIA BABY	VERDURITAS	ENSALADA	CALABACÍN	ENSALADA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA EN ALMÍBAR

	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
PRIMER PLATO	CREMA DE ESPÁRRAGOS	LENTEJAS CON VEGETALES	PATATAS A LA IMPORTANCIA	MACARRONES CON ATÚN	CREMA VERDURAS
SEGUNDO PLATO	RODAJA DE HALIBUT A LA VASCA	HUEVOS GRATINADOS CON BECHAMEL	POLLO CHILINDRÓN	VENTRESCA MERLUZA CON SALSA DE TOMATE	SALCHICHAS DE AVE EN SALSA
GUARNICIÓN	CHAMPIÑONES	ENSALADA	VERDURITAS	ENSALADA	PATATA COCIDA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31
PRIMER PLATO	ARROZ CON TOMATE	SOPA DE AVE	CODITOS CON ATUN	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS
SEGUNDO PLATO	DELICIAS DE MERLUZA	PECHUGA POLLO AL AJILLO	TORTILLA DE PATATAS	GALLO AL HORNO CON SALSA VERDE
GUARNICIÓN	ENSALADA	CHAMPIÑONES	ENSALADA	PATATA COCIDA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR

MENÚ COMEDOR ESCOLAR - OCTUBRE 2013 - ALERGIA AL PESCADO

	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
PRIMER PLATO	JUDIAS VERDES CON PATATA Y ZANAHORIA	CREMA DE CALABAZA	POTAJE DE GARBANZOS	PURE DE VERDURAS
SEGUNDO PLATO	HUEVOS GRATINADOS CON BECHAMEL	POLLO A LA RIOJANA	POLLO EN PEPITORIA	CINTA DE LOMO AL HORNO
GUARNICIÓN	ENSALADA	VERDURITAS	ENSALADA	CHAMPIÑONES
POSTRE	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
PRIMER PLATO	ARROZ CON POLLO	MACARRONES CON TOMATE	ESPAGUETIS CARBONARA	LENTEJAS ESTOFADAS	CREMA ZANAHORIA
SEGUNDO PLATO	PECHUGA DE POLLO A LA MADRILEÑA	TORTILLA DE PIMIENTOS	FILETE SAJONIA	POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES	POLLO ASADO
GUARNICIÓN	ENSALADA	PATATA COCIDA	VERDURITAS	ENSALADA	CHAMPIÑONES
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PRIMER PLATO	ARROZ CON VERDURAS	ALUBIAS A LA ASTURIANA	ARROZ CON SALCHICHAS	SOPA DE COCIDO	CREMA CALABAZA
SEGUNDO PLATO	CHULETA DE CERDO AL ORÉGANO	TORTILLA DE PIMIENTOS	JAMÓN ASADO	COCIDO COMPLETO	HAMBURGUESAS
GUARNICIÓN	ZANAHORIA BABY	VERDURITAS	ENSALADA		ENSALADA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA EN ALMÍBAR

	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
PRIMER PLATO	MACARRONES BOLOÑESA	LENTEJAS CON VEGETALES	PATATAS RIOJANA	JUDIAS VERDES CON JAMON	CREMA VERDURAS
SEGUNDO PLATO	JAMÓN DE CERDO ADOBADO	TORTILLA DE CHORIZO	POLLO CHILINDRÓN	ALBÓNDIGAS JARDINERA	SALCHICHAS DE AVE EN SALSA
GUARNICIÓN	CHAMPIÑONES	ENSALADA	VERDURITAS	ENSALADA	PATATA COCIDA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31
PRIMER PLATO	ARROZ CON TOMATE	GARBANZOS CON TOMATE	CREMA DE ZANAHORIA	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS
SEGUNDO PLATO	ESTOFADO DE TERNERA	PECHUGA POLLO AL AJILLO	TORTILLA DE PATATAS	TORTILLA DE CHORIZO
GUARNICIÓN	ENSALADA	CHAMPIÑONES	ENSALADA	PATATA COCIDA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR

MENÚ COMEDOR ESCOLAR - OCTUBRE 2013 - ALERGIA A LA LACTOSA

	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
PRIMER PLATO	JUDIAS VERDES CON PATATA Y ZANAHORIA	MARMITAKO	POTAJE DE GARBANZOS	PURE DE VERDURAS
SEGUNDO PLATO	POLLO A LA PLANCHA	POLLO A LA RIOJANA	VENTRESCA BACALAO EN SALSA	CINTA DE LOMO AL HORNO
GUARNICIÓN	ENSALADA	VERDURITAS	ENSALADA	CHAMPIÑONES
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
PRIMER PLATO	ARROZ CON POLLO	MACARRONES CON TOMATE	PATATAS CON BACALAO	LENTEJAS ESTOFADAS	CREMA ZANAHORIA
SEGUNDO PLATO	TORTILLA DE ATÚN	RODAJA DE HALIBUT CON SALSA DE PIMIENTOS	FILETE SAJONIA	SAN MARINO DE MERLUZA	POLLO ASADO
GUARNICIÓN	ENSALADA	PATATA COCIDA	VERDURITAS	ENSALADA	CHAMPIÑONES
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PRIMER PLATO	ARROZ CON VERDURA	ALUBIAS A LA ASTURIANA	ARROZ CON SALCHICHAS	SOPA DE COCIDO	CREMA CALABAZA
SEGUNDO PLATO	RODAJA MERLUZA CON ACEITE OLIVA	TORTILLA DE PIMIENTOS	GALLO A LA ROMANA	COCIDO COMPLETO	HAMBURGUESAS
GUARNICIÓN	ZANAHORIA BABY	VERDURITAS	ENSALADA		ENSALADA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
PRIMER PLATO	MACARRONES BOLOÑESA	LENTEJAS CON VEGETALES	PATATAS RIOJANA	JUDIAS VERDES CON JAMON	CREMA VERDURAS
SEGUNDO PLATO	RODAJA DE HALIBUT A LA VASCA	TORTILLA DE CHORIZO	POLLO CHILINDRÓN	VENTRESCA MERLUZA CON SALSA DE TOMATE	SALCHICHAS DE AVE EN SALSA
GUARNICIÓN	CHAMPIÑONES	ENSALADA	VERDURITAS	ENSALADA	PATATA COCIDA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31
PRIMER PLATO	ARROZ CON TOMATE	GARBANZOS CON TOMATE	CODITOS CON ATUN	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS
SEGUNDO PLATO	DELICIAS DE MERLUZA	PECHUGA POLLO AL AJILLO	TORTILLA DE PATATAS	GALLO AL HORNO CON SALSA VERDE
GUARNICIÓN	ENSALADA	CHAMPIÑONES	ENSALADA	PATATA COCIDA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO

MENÚ COMEDOR ESCOLAR - OCTUBRE 2013 - CELÍACO

	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
PRIMER PLATO	JUDIAS VERDES CON PATATA Y ZANAHORIA	MARMITAKO	POTAJE DE GARBANZOS	PURE DE VERDURAS
SEGUNDO PLATO	HUEVOS GRATINADOS CON BECHAMEL (4)	POLLO A LA RIOJANA	VENTRESCA BACALAO EN SALSA	CINTA DE LOMO AL HORNO
GUARNICIÓN	ENSALADA	VERDURITAS	ENSALADA	CHAMPIÑONES
POSTRE	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
PRIMER PLATO	ARROZ CON POLLO	MACARRONES CON TOMATE (1)	PATATAS CON BACALAO	LENTEJAS ESTOFADAS	CREMA ZANAHORIA
SEGUNDO PLATO	TORTILLA DE ATÚN	RODAJA DE HALIBUT CON SALSA DE PIMIENTOS (4)	FILETE SAJONIA (2)	SAN MARINO DE MERLUZA (4)	POLLO ASADO
GUARNICIÓN	ENSALADA	PATATA COCIDA	VERDURITAS	ENSALADA	CHAMPIÑONES
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PRIMER PLATO	ARROZ CON VERDURA	ALUBIAS A LA ASTURIANA (2)	ARROZ CON SALCHICHAS (2)	SOPA DE COCIDO (3)	CREMA CALABAZA
SEGUNDO PLATO	RODAJA MERLUZA CON ACEITE OLIVA	TORTILLA DE PIMIENTOS	GALLO A LA ROMANA (4)	COCIDO COMPLETO (2)	HAMBURGUESAS (2)
GUARNICIÓN	ZANAHORIA BABY	VERDURITAS	ENSALADA		ENSALADA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA EN ALMÍBAR

	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
PRIMER PLATO	MACARRONES BOLOÑESA (1)(2)	LENTEJAS CON VEGETALES	PATATAS RIOJANA (2)	JUDIAS VERDES CON JAMON (2)	CREMA VERDURAS
SEGUNDO PLATO	RODAJA DE HALIBUT A LA VASCA	TORTILLA DE CHORIZO (2)	POLLO CHILINDRÓN	VENTRESCA MERLUZA CON SALSA DE TOMATE (1)	SALCHICHAS DE AVE EN SALSA (2)
GUARNICIÓN	CHAMPIÑONES	ENSALADA	VERDURITAS	ENSALADA	PATATA COCIDA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO

	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31
PRIMER PLATO	ARROZ CON TOMATE (1)	GARBANZOS CON TOMATE (1)	CODITOS CON ATUN	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS
SEGUNDO PLATO	DELICIAS DE MERLUZA (4)	PECHUGA POLLO AL AJILLO	TORTILLA DE PATATAS	GALLO AL HORNO CON SALSA VERDE (4)
GUARNICIÓN	ENSALADA	CHAMPIÑONES	ENSALADA	PATATA COCIDA
POSTRE	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR

(1) Tomate sin Gluten (2) Carne sin Gluten (3) Pasta de Arroz (4) Harina de Maiz