



MENÚS ALTERNATIVOS

ENERO 2025



— COLEGIO PÚBLICO BILINGÜE —
Virgen de Navalazarza



alirsa
ALIMENTACIÓN INDUSTRIAL REUNIDA



C.P.B. VIRGEN DE NAVALAZARZA - MENÚS ALTERNATIVOS NOVIEMBRE 2024

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PROTEÍNA DE LA LECHE Y FRUTOS SECOS	VEGETARIANO (NO CARNE - NO PECADO)
LUNES	6										
MARTES	7										
MIÉRCOLES	8	1º: MACARRONES CON NATA Y BACON 2º: FILETE DE MERLUZA EN SALSA MARINERA G: ENSALADA DE LECHUGA YACEITUNAS P: MANZANA	1º: MACARRONES CON TOMATE 2º: FILETE DE MERLUZA EN SALSA MARINERA G: ENSALADA DE LECHUGA YACEITUNAS P: MANZANA	1º: MACARRONES SIN HUEVO CON NATA Y BACON 2º: FILETE DE MERLUZA EN SALSA MARINERA G: ENSALADA DE LECHUGA YACEITUNAS P: MANZANA	1º: MACARRONES CON NATA Y BACON 2º: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA YACEITUNAS P: MANZANA	1º: MACARRONES CON TOMATE 2º: FILETE DE MERLUZA EN SALSA MARINERA G: ENSALADA DE LECHUGA YACEITUNAS P: MANZANA	1º: MACARRONES SIN GLUTEN CON NATA Y BACON 2º: FILETE DE MERLUZA EN SALSA MARINERA G: ENSALADA DE LECHUGA YACEITUNAS P: MANZANA	1º: MACARRONES REHOGADOS 2º: FILETE DE MERLUZA EN SALSA MARINERA P: MANZANA	1º: MACARRONES CON TOMATE 2º: FILETE DE MERLUZA EN SALSA MARINERA G: ENSALADA DE LECHUGA YACEITUNAS P: MANZANA	1º: MACARRONES SIN HUEVO CON TOMATE 2º: FILETE DE MERLUZA EN SALSA MARINERA G: ENSALADA DE LECHUGA YACEITUNAS P: MANZANA	1º: MACARRONES CON TOMATE 2º: TORTILLA FRANCESA G: ENSALADA DE LECHUGA YACEITUNAS P: MANZANA
JUEVES	9	1º: JUDÍAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO DE CERDO A LA PLANCHA G: PATATAS FRITAS P: PLÁTANO PAN INTEGRAL	1º: PURE DE JUDIAS VERDES 2º: CINTA DE LOMO DE CERDO A LA PLANCHA G: PATATAS COCIDAS P: PLÁTANO PAN INTEGRAL	1º: JUDÍAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO DE CERDO A LA PLANCHA G: PATATAS FRITAS P: PLÁTANO PAN INTEGRAL	1º: JUDÍAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO DE CERDO A LA PLANCHA G: PATATAS FRITAS P: PLÁTANO PAN INTEGRAL	1º: JUDÍAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO FRESCA DE CERDO A LA PLANCHA G: PATATAS FRITAS P: PLÁTANO PAN INTEGRAL	1º: JUDÍAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO DE CERDO A LA PLANCHA G: PATATAS FRITAS P: PLÁTANO	1º: PURE DE JUDIAS VERDES 2º: CINTA DE LOMO FRESCA DE CERDO A LA PLANCHA G: PATATAS COCIDAS P: PLÁTANO	1º: JUDÍAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G: PATATAS FRITAS P: PLÁTANO PAN INTEGRAL	1º: JUDÍAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: CINTA DE LOMO FRESCA DE CERDO A LA PLANCHA G: PATATAS FRITAS P: PLÁTANO PAN INTEGRAL	1º: JUDÍAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: REVUELTO DE CALABACÍN G: PATATAS FRITAS P: PLÁTANO PAN INTEGRAL
VIERNES	10	1º: PATATAS GUIADAS A LA RIOJANA 2º: FILETE DE SALMÓN AL HORNO G: VERDURAS VARIADAS A LA PLANCHA P: PIÑA Y LECHE	1º: PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE SALMÓN AL HORNO G: VERDURAS VARIADAS A LA PLANCHA P: PIÑA Y LECHE	1º: PATATAS GUIADAS A LA RIOJANA 2º: FILETE DE SALMÓN AL HORNO G: VERDURAS VARIADAS A LA PLANCHA P: PIÑA Y LECHE	1º: PATATAS GUIADAS A LA RIOJANA 2º: FILETE DE POLLO AL HORNO G: VERDURAS VARIADAS A LA PLANCHA P: PIÑA Y LECHE	1º: PATATAS GUIADAS A LA RIOJANA 2º: FILETE DE SALMÓN AL HORNO G: VERDURAS VARIADAS A LA PLANCHA P: PIÑA Y LECHE DE SOJA	1º: PATATAS GUIADAS A LA RIOJANA 2º: FILETE DE SALMÓN AL HORNO G: VERDURAS VARIADAS A LA PLANCHA P: PIÑA Y LECHE	1º: PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO G: VERDURAS VARIADAS A LA PLANCHA P: MANZANA	1º: PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE SALMÓN AL HORNO G: VERDURAS VARIADAS A LA PLANCHA P: PIÑA Y LECHE	1º: PATATAS GUIADAS A LA RIOJANA 2º: FILETE DE SALMÓN AL HORNO G: VERDURAS VARIADAS A LA PLANCHA P: PIÑA Y LECHE DE SOJA	1º: PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: VERDURAS VARIADAS A LA PLANCHA P: PIÑA Y LECHE



C.P.B. VIRGEN DE NAVALAZARZA - MENÚS ALTERNATIVOS NOVIEMBRE 2024

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PROTEÍNA DE LA LECHE Y FRUTOS SECOS	VEGETARIANO (NO CARNE - NO PECADO)
LUNES	1 3	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: HUEVOS REVUELTOS CON BACON G: ENSALADA DE ESCAROLA Y LECHUGA P: PERA Y LECHE	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: HUEVOS REVUELTOS G: ENSALADA DE ESCAROLA Y LECHUGA P: PERA Y LECHE	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE ESCAROLA Y LECHUGA P: PERA Y LECHE	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: HUEVOS REVUELTOS CON BACON G: ENSALADA DE ESCAROLA Y LECHUGA P: PERA Y LECHE	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: HUEVOS REVUELTOS CON BACON G: ENSALADA DE ESCAROLA Y LECHUGA P: PERA Y LECHE DE SOJA	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: HUEVOS REVUELTOS CON BACON G: ENSALADA DE ESCAROLA Y LECHUGA P: PERA Y LECHE	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: HUEVOS REVUELTOS G: ENSALADA DE ESCAROLA Y LECHUGA P: PERA	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: HUEVOS REVUELTOS G: ENSALADA DE ESCAROLA Y LECHUGA P: PERA Y LECHE	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE ESCAROLA Y LECHUGA P: PERA Y LECHE DE SOJA	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: HUEVOS REVUELTOS G: ENSALADA DE ESCAROLA Y LECHUGA P: PERA Y LECHE
MARTES	1 4	1º: SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º: COCIDO COMPLETO P: YOGUR PAN DE CEREALES	1º: SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º: COCIDO COMPLETO SIN CERDO P: YOGUR DESNTADO PAN DE CEREALES	1º: SOPA DE COCIDO CON PASTA SIN HUEVO 2º: COCIDO COMPLETO P: YOGUR PAN DE CEREALES	1º: SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º: COCIDO COMPLETO P: YOGUR PAN DE CEREALES	1º: SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º: COCIDO COMPLETO P: YOGUR DE SOJA PAN DE CEREALES	1º: SOPA DE COCIDO CON PASTA SIN GLUTEN 2º: COCIDO COMPLETO P: YOGUR	1º: SOPA DE VERDURA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA P: YOGUR DESNTADO	1º: SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º: COCIDO COMPLETOSIN CERDO P: YOGUR PAN DE CEREALES	1º: SOPA DE COCIDO CON PASTA SIN HUEVO 2º: COCIDO COMPLETO P: YOGUR DE SOJA PAN DE CEREALES	1º: SOPA DE VERDURA 2º: GARBANZOS GUSIADOS CON VERDURAS P: YOGUR PAN DE CEREALES
MIÉRCOLES	1 5	1º: BROCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: ZANAHORIA REHOGADA P: MANDARINA Y LECHE	1º: BROCOLI REHOGADO 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: ZANAHORIA REHOGADA P: MANDARINA Y LECHE	1º: BROCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: ZANAHORIA REHOGADA P: MANDARINA Y LECHE	1º: BROCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: ZANAHORIA REHOGADA P: MANDARINA Y LECHE	1º: BROCOLI REHOGADO 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: ZANAHORIA REHOGADA P: MANDARINA Y LECHE DE SOJA	1º: BROCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: ZANAHORIA REHOGADA P: MANDARINA Y LECHE	1º: PURE DE PATATA 2º: TORTILLA FRANCESA REHOGADA P: MANZANA	1º: BROCOLI REHOGADO 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADAG: ZANAHORIA REHOGADA P: MANDARINA Y LECHE	1º: BROCOLI REHOGADO 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: ZANAHORIA REHOGADA P: MANDARINA Y LECHE SOJA	1º: BROCOLI REHOGADO 2º: TORTILLA FRANCESA G: ZANAHORIA REHOGADA P: MANDARINA Y LECHE
JUEVES	1 6	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: BACALAO AJOARRIERO G: PISTO DE VERDURA P: PLÁTANO	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: BACALAO AJOARRIERO G: PISTO DE VERDURA P: PLÁTANO	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: BACALAO AJOARRIERO G: PISTO DE VERDURA P: PLÁTANO	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: CINTA DE LOMO FRESCA A LA PLANCHA G: PISTO DE VERDURA P: PLÁTANO	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: BACALAO AJOARRIERO G: PISTO DE VERDURA P: PLÁTANO	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: BACALAO AJOARRIERO G: PISTO DE VERDURA P: PLÁTANO	1º: PASTA REHOGADA 2º: BACALAO PLANCHA P: PLÁTANO	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: BACALAO AJOARRIERO G: PISTO DE VERDURA P: PLÁTANO	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: BACALAO AJOARRIERO G: PISTO DE VERDURA P: PLÁTANO	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: PISTO DE VERDURA P: PLÁTANO
VIERNES	1 7	1º: ARROZ AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE 2º: POLLO ASADO G: PATATAS ASADAS P: NARANJA PAN INTEGRAL	1º: ARROZ AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE NATURAL 2º: POLLO ASADO G: PATATAS ASADAS P: NARANJA PAN INTEGRAL	1º: ARROZ AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE 2º: POLLO ASADO G: PATATAS ASADAS P: NARANJA PAN INTEGRAL	1º: ARROZ AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE 2º: POLLO ASADO G: PATATAS ASADAS P: NARANJA PAN INTEGRAL	1º: ARROZ AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE 2º: POLLO ASADO G: PATATAS ASADAS P: NARANJA PAN INTEGRAL	1º: ARROZ AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE 2º: POLLO ASADO G: PATATAS ASADAS P: NARANJA PAN INTEGRAL	1º: ARROZ BLANCO REHOGADO 2º: POLLO ASADO G: PATATAS ASADAS P: PERA	1º: ARROZ AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE 2º: POLLO ASADO G: PATATAS ASADAS P: NARANJA PAN INTEGRAL	1º: ARROZ AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE 2º: POLLO ASADO G: PATATAS ASADAS P: NARANJA PAN INTEGRAL	1º: ARROZ AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE 2º: CALABACIN AL HONO G: PATATAS ASADAS P: NARANJA PAN INTEGRAL



C.P.B. VIRGEN DE NAVALAZARZA - MENÚS ALTERNATIVOS ENERO 2025

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PROTEÍNA DE LA LECHE Y FRUTOS SECOS	VEGETARIANO (NO CARNE - NO PECADO)
LUNES	20	1: ESPAGUETIS SALTEADOS AL AJILLO 2º: FILETES DE PESCADILLA REBOZADOS G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: MELOCOTÓN Y LECHE	1: ESPAGUETIS SALTEADOS AL AJILLO 2º: FILETES DE PESCADILLA AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: MELOCOTÓN Y LECHE	1: ESPAGUETIS SIN HUEVO SALTEADOS AL AJILLO 2º: FILETES DE PESCADILLA AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: MELOCOTÓN Y LECHE	1: ESPAGUETIS SALTEADOS AL AJILLO 2º: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: MELOCOTÓN Y LECHE	1: ESPAGUETIS SALTEADOS AL AJILLO 2º: FILETES DE PESCADILLA REBOZADOS G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: MELOCOTÓN Y LECHE DE SOJA	1: ESPAGUETIS SIN GLUTEN SALTEADOS AL AJILLO 2º: FILETES DE PESCADILLA AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: MELOCOTÓN Y LECHE	1: ESPAGUETIS SALTEADOS 2º: FILETES DE PESCADILLA AL HORNO P: MANZANA	1: ESPAGUETIS SALTEADOS AL AJILLO 2º: FILETES DE PESCADILLA REBOZADOS G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: MELOCOTÓN Y LECHE	1: ESPAGUETIS SIN HUEVO SALTEADOS AL AJILLO 2º: FILETES DE PESCADILLA AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: MELOCOTÓN Y LECHE DE SOJA	1: ESPAGUETIS SALTEADOS AL AJILLO 2º: ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS P: MELOCOTÓN Y LECHE
MARTES	21	1: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA PATATA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: GELATINA PAN DE CEREALES	1: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA FRANCESA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: YOGUR DESNATADO PAN DE CEREALES	1: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: GELATINA PAN DE CEREALES	1: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA PATATA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: GELATINA PAN DE CEREALES	1: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA PATATA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: GELATINA PAN DE CEREALES	1: PURE DE ZANAHORIA 2º: TORTILLA PATATA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: GELATINA	1: PURE DE ZANAHORIA 2º: TORTILLA FRANCESA P: YOGUR DESNATADO	1: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA PATATA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: GELATINA PAN DE CEREALES	1: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: GELATINA PAN DE CEREALES	1: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA PATATA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: GELATINA PAN DE CEREALES
MIÉRCOLES	22	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: HAMBURGUESA DE TERNERA CON SALSAS DE TOMATE G: PATATAS FRITAS P: PERA Y LECHE	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: HAMBURGUESA DE TERNERA CONSALSA DE TOMATE G: PATATAS COCIDAS P: PERA Y LECHE	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: HAMBURGUESA DE TERNERA SIN HUEVO CON SALSAS DE TOMATE G: PATATAS FRITAS P: PERA Y LECHE	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: HAMBURGUESA DE TERNERA CON SALSAS DE TOMATE G: PATATAS FRITAS P: PERA Y LECHE	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: HAMBURGUESA DE TERNERA CON SALSAS DE TOMATE G: PATATAS FRITAS P: PERA Y LECHE DE SOJA	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: HAMBURGUESA SIN GLUTEN DE TERNERA CON SALSAS DE TOMATE G: PATATAS FRITAS P: PERA Y LECHE	1º: ARROZ BLANCO REHOGADO 2º: FILETE DE POLLO PLANCHA G: PATATAS COCIDAS P: PERA	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: HAMBURGUESA DE TERNERA CONSALSA DE TOMATE G: PATATAS FRITAS P: PERA Y LECHE	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: HAMBURGUESA DE TERNERA SIN HUEVO CON SALSAS DE TOMATE G: PATATAS FRITAS P: PERA Y LECHE DE SOJA	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: ARROZ BLANCO CON TOMATE P: PERA Y LECHE
JUEVES	23	1º: PATATAS GUIADAS CON CALAMARES 2º: EMPANADILLAS DE ATÚN G: ENSALADA DE REMOLACHA P: PLÁTANO	1º: PATATAS GUIADAS CON CALAMARES 2º: MERLUZA A LA PLANCHA G: ENSALADA DE REMOLACHA P: PLÁTANO	1º: PATATAS GUIADAS CON CALAMARES 2º: MERLUZA A LA PLANCHA G: ENSALADA DE REMOLACHA P: PLÁTANO	1º: PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE CERDO PLANCHA G: ENSALADA DE REMOLACHA P: PLÁTANO	1º: PATATAS GUIADAS CON CALAMARES 2º: MERLUZA A LA PLANCHA G: ENSALADA DE REMOLACHA P: PLÁTANO	1º: PATATAS GUIADAS CON CALAMARES 2º: MERLUZA A LA PLANCHA G: ENSALADA DE REMOLACHA P: PLÁTANO	1º: PATATAS GUIADAS CON CALAMARES 2º: MERLUZA A LA PLANCHA P: PLÁTANO	1º: PATATAS GUIADAS CON CALAMARES 2º: EMPANADILLAS DE ATÚN G: ENSALADA DE REMOLACHA P: PLÁTANO	1º: PATATAS GUIADAS CON CALAMARES 2º: MERLUZA A LA PLANCHA G: ENSALADA DE REMOLACHA P: PLÁTANO	1º: PATATAS GUIADAS CON CALAMARES 2º: MERLUZA A LA PLANCHA G: ENSALADA DE REMOLACHA P: PLÁTANO
VIERNES	24	1º: CREMA DE VERDURAS 2º FILETE DE POLLO EMPANADO G: PATATAS FRITAS EN DADOS P: MANZANA Y LECHE	1º: CREMA DE VERDURAS 2º FILETE DE POLLO PLANCHA G: PATATAS COCIDAS P: MANZANA Y LECHE	1º: CREMA DE VERDURAS 2º FILETE DE POLLO PLANCHA G: PATATAS FRITAS EN DADOS P: MANZANA Y LECHE	1º: CREMA DE VERDURAS 2º FILETE DE POLLO EMPANADO G: PATATAS FRITAS EN DADOS P: MANZANA Y LECHE	1º: CREMA DE VERDURAS 2º FILETE DE POLLO EMPANADO G: PATATAS FRITAS EN DADOS P: MANZANA Y LECHE DE SOJA	1º: CREMA DE VERDURAS 2º FILETE DE POLLO PLANCHA G: PATATAS FRITAS EN DADOS P: MANZANA Y LECHE	1º: CREMA DE VERDURAS 2º FILETE DE POLLO PLANCHA G: PATATAS COCIDAS P: MANZANA	1º: CREMA DE VERDURAS 2º FILETE DE POLLO EMPANADO G: PATATAS FRITAS EN DADOS P: MANZANA Y LECHE	1º: CREMA DE VERDURAS 2º FILETE DE POLLO PLANCHA G: PATATAS FRITAS EN DADOS P: MANZANA Y LECHE DE SOJA	1º: CREMA DE VERDURAS 2º HUEVOS COCIDOS CON TOMATE G: PATATAS FRITAS EN DADOS P: MANZANA Y LECHE



C.P.B. VIRGEN DE NAVALAZARZA - MENÚS ALTERNATIVOS NOVIEMBRE 2024

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PROTEÍNA DE LA LECHE Y FRUTOS SECOS	VEGETARIANO (NO CARNE - NO PESCADO)
LUNES	27	1ºARROZ SALTEADO TRES DELICIAS 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: CHAMPIÑONES REHOGADOS P: MANDARINA Y LECHE	1ºARROZ BLANCO REHOGADO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: CHAMPIÑONES REHOGADOS P: MANDARINA Y LECHE	1ºARROZ BLANCO REHOGADO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: CHAMPIÑONES REHOGADOS P: MANDARINA Y LECHE	1ºARROZ BLANCO REHOGADO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: CHAMPIÑONES REHOGADOS P: MANDARINA Y LECHE	1ºARROZ BLANCO REHOGADO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: CHAMPIÑONES REHOGADOS P: MANDARINA Y LECHE DE SOJA	1ºARROZ SALTEADO TRES DELICIAS 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: CHAMPIÑONES REHOGADOS P: MANDARINA Y LECHE	1ºARROZ BLANCO REHOGADO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: CHAMPIÑONES REHOGADOS P: MANZANA	1ºARROZ BLANCO REHOGADO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: CHAMPIÑONES REHOGADOS P: MANDARINA Y LECHE	1ºARROZ BLANCO REHOGADO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: CHAMPIÑONES REHOGADOS P: MANDARINA Y LECHE DE SOJA	1ºARROZ BLANCO REHOGADO 2º: CHAMPIÑONES REHOGADOS P: MANDARINA Y LECHE
MARTES	28	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: SARDINAS REBOZADAS P: PERA PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: SARDINAS AL HORNO P: PERA PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: SARDINAS AL HORNO P: PERA PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: TORTILLA FRANCESA P: PERA PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: SARDINAS AL HORNO P: PERA PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: SARDINAS AL HORNO P: PERA	1º: PURÉ DE PATATA 2º: TORTILLA FRANCESA P: PERA	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: SARDINAS REBOZADAS P: PERA PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: SARDINAS AL HORNO P: PERA PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: TORTILLA FRANCESA P: PERA PAN INTEGRAL
MIÉRCOLES	29	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON CHORIZO 2º: CANELONES DE ATÚN G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ P: PLÁTANO Y LECHE	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE POLLO PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ P: PLÁTANO Y LECHE	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON CHORIZO 2º: FILETE DE POLLO PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ P: PLÁTANO Y LECHE	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON CHORIZO 2º: FILETE DE POLLO PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ P: PLÁTANO Y LECHE	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON CHORIZO 2º: FILETE DE POLLO PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ P: PLÁTANO Y LECHE DE SOJA	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON CHORIZO 2º: FILETE DE POLLO PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ P: PLÁTANO Y LECHE	1º: CALABACIN AL HORNO 2º: FILETE DE POLLO PLANCHA P: PLÁTANO	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: CANELONES DE ATÚN G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ P: PLÁTANO Y LECHE	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON CHORIZO 2º: FILETE DE POLLO PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ P: PLÁTANO Y LECHE DE SOJA	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: CALABACIN AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ P: PLÁTANO Y LECHE
JUEVES	30	1º: FIDEUÁ CON POLLO 2: SALCHICHAS DE POLLO, PAVO Y CERDO G: MAÍZ SALTEADO P: MANZANA	1º: FIDEUÁ CON POLLO 2: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G: MAÍZ SALTEADO P: MANZANA	1º: FIDEUÁ SIN HUEVO CON POLLO 2: SALCHICHAS DE POLLO, PAVO Y CERDO G: MAÍZ SALTEADO P: MANZANA	1º: FIDEUÁ CON POLLO 2: SALCHICHAS DE POLLO, PAVO Y CERDO G: MAÍZ SALTEADO P: MANZANA	1º: FIDEUÁ CON POLLO 2: SALCHICHAS DE POLLO, PAVO Y CERDO G: MAÍZ SALTEADO P: MANZANA	1º: FIDEUÁ SIN GLUTEN CON POLLO 2: SALCHICHAS DE POLLO, PAVO Y CERDO G: MAÍZ SALTEADO P: MANZANA	1º: FIDEUÁ DE VEGETALES 2: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA P: MANZANA	1º: FIDEUÁ CON POLLO 2: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G: MAÍZ SALTEADO P: MANZANA	1º: FIDEUÁ SIN HUEVO CON POLLO 2: SALCHICHAS DE POLLO, PAVO Y CERDO G: MAÍZ SALTEADO P: MANZANA	1º: FIDEUÁ CON VEGETALES 2: HUEVOS REVUELTOS G: MAÍZ SALTEADO P: MANZANA
VIERNES	31	1º: GUISANTES CON JAMÓN Y HUEVO 2º: CAZÓN ADOBADO G: ENSALADA DE LECHUGA P: BIZCOCHO DE YOGUR Y LECHE	1º: GUISANTES REHOGADOS 2º: CAZÓN A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA P: YOGUR DESNATADO	1º: GUISANTES REHOGADOS 2º: CAZÓN A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA P: YOGUR	1º: GUISANTES CON JAMÓN Y HUEVO 2º: CINTA DE LOMO FRESCA A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA P: BIZCOCHO DE YOGUR Y LECHE	1º: GUISANTES REHOGADOS 2º: CAZÓN ADOBADO G: ENSALADA DE LECHUGA P: YOGUR DE SOJA	1º: GUISANTES CON JAMÓN Y HUEVO 2º: CAZÓN A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA P: YOGUR	1º: PURE DE ZANAHORIA 2º: MERLUZA A LA PLANCHA P: YOGUR DESNATADO	1º: GUISANTES REHOGADOS 2º: CAZÓN ADOBADO G: ENSALADA DE LECHUGA P: BIZCOCHO DE YOGUR Y LECHE	1º: GUISANTES REHOGADOS 2º: CAZÓN A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA P: YOGUR DE SOJA	1º: GUISANTES REHOGADOS 2º: ARROZ BLANCO CON TOMATE G: ENSALADA DE LECHUGA P: BIZCOCHO DE YOGUR Y LECHE