

VUELTA AL COLEGIO, VUELTA AL COMEDOR. ESPACIOS SEGUROS Y SALUDABLES



En el comedor del colegio hemos instaurado un nuevo protocolo para cumplir con las nuevas normativas de seguridad y salud.

1 Hemos desarrollado un protocolo de actuación único que ha recibido la certificación AENOR y todo nuestro personal ha recibido formación específica.

2 Aplicamos todas las medidas para mantener el distanciamiento de seguridad y evitar el contacto.

3 Nuestros menús están elaborados por nutricionistas y cumplen rigurosos protocolos de Seguridad alimentaria.

Visita la web del cole para más información

RECOMENDADOR DE CENAS

COMIDA	CENA
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+

SERVICIO DE ATENCIÓN
NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

917 885 981

nutricion@arcealimentacionescolar.com

Entidades colaboradoras:



El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP VICENTE ALEIXANDRE

ENERO 2021

LUNES 4

VACACIONES
DE
NAVIDAD

LUNES 11

Espaguetis con
salsa de tomate
Libritos de jamón y queso
lechuga y zanahoria
Fruta fresca ,pan y agua
Pasta in tomato sauce
Breaded tenderloin slice

716,5Kcal Prot:12,0g Lip:25,1g HC:106,3g

LUNES 18

Arroz tres delicias

Palometa con
pisto manchego
Fruta fresca, pan y agua
Three delights rice

Palometa with ratatouille

529,5Kcal Prot:28,5g Lip:11,7g HC:71,5g

LUNES 25

Espaguetis a la
carbonara

Albóndigas de ternera
jardinera con patatas fritas
Fruta fresca, pan y agua
Pasta with bacon and cream

Gardener meatballs

798,4Kcal Prot:30,8g Lip:34,7g HC:85,7g

MARTES 5

VACACIONES
DE
NAVIDAD

MARTES 12

Lentejas guisadas
con chorizo
Merluza al horno con
ajo y perejil, ensalada
Fruta fresca ,pan y agua
Stew lentils with sausage
Baked hake with garlic

688,0Kcal Prot:33,7g Lip:18,0g HC:92,6g

MARTES 19

Lentejas estofadas

Tortilla francesa
lechuga y maíz
Fruta fresca, pan y agua
Stew lentils

French omelette

529,5Kcal Prot:28,5g Lip:11,7g HC:71,5g

MARTES 26

Alubias guisadas
con verduras

Tortilla de patatas
lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua
Stew beans with vegetables

Spanish omelette

592,8Kcal Prot:20,8g Lip:18,0g HC:69,3g

MIÉRCOLES 6

VACACIONES
DE
NAVIDAD

MIÉRCOLES 13

Crema de calabacín

Ragout de ternera
con patatitas
Fruta fresca ,pan y agua
Zucchini cream

Veal stew with potatoes

688,0Kcal Prot:33,7g Lip:18,0g HC:92,6g

MIÉRCOLES 20

Macarrones
con salsa de tomate

Bacalao al gratén
lechuga, tomate y maíz
Fruta fresca pan y agua
Pasta with tomato sauce

Cod au graten

600,3Kcal Prot:24,3g Lip:24,0g HC:68,0g

MIÉRCOLES 27

Sopa de fideos

Magro con tomate
y patatitas
Fruta fresca pan y agua
Noodles soup

Stew pork loin

560,7kcalpt28,8g lip23,9g hc:54,8g

JUEVES 7

VACACIONES
DE
NAVIDAD

JUEVES 14

Sopa de cocido
con fideos

Garbanzos con morcillo
chorizo y zanahoria
Fruta fresca ,pan y agua
"Cocido" soup with noodles

Chickpeas with sausage, potatoes

688,0Kcal Prot:33,7g Lip:18,0g HC:92,6g

JUEVES 21

Brócoli salteado con
zanahoria

Estofado de pavo
con patatas
Fruta fresca , pan y agua
Sautéed broccoli with carrot

Turkey stew with potatoes

513,0Kcal Prot:29,4g Lip:16,3g HC:57,0g

JUEVES 28

Arroz a la
cazuela

Filete de merluza andaluza
lechuga y zanahoria
Fruta fresca , pan y agua
Pot rice

Andalusian baked hake

588,8Kcal Prot:26,7g Lip:16,7g HC:79,4g

VIERNES 1

VACACIONES
DE
NAVIDAD

VIERNES 8

VACACIONES
DE
NAVIDAD

VIERNES 15

REDUCIMOS PROTEINA CARNICA
Judías verdes rehogadas
Paella valenciana

Yogur, pan y agua
Sauté green beans

Valencian paella

678,7KcalProt:22,2g Lip:14,9g HC:110,4g

VIERNES 22

Sopa de cocido
con fideos

Garbanzos con morcillo
chorizo y zanahoria
Yogur, pan y agua
"Cocido" soup with noodles

Chickpeas with sausage, potatoes

688,0Kcal Prot:33,7g Lip:18,0g HC:92,6g

VIERNES 29

Crema de calabacín

Pollo al curry
con patatas
Yogur, pan y agua
Zucchini cream

Chicken with curry sauce

789,6Kcal Prot:31,2g Lip:28,7g HC:89,4g