

COMEDOR ESCOLAR C.E.I.P. "BELIA".- PREVISIÓN MENSUAL DE MENÚS.- CURSO 2023/2024

POSTRES: fruta del tiempo (manzana, pera, mandarina, plátano), queso, melocotón en almíbar, productos lácteos, bizcocho casero y leche con cola-cao. El Centro solicitó la participación en el Plan de fruta escolar, por lo que está previsto que cuando se inicie el programa, un día a la semana se reparta fruta a los escolares.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª SEMANA	1º: Arroz a la cubana con huevo frito y tomate (2) 2º: Jamón serrano con lechuga 3º: Lácteo: yogur (7)	1º: Judía blanca aliñada con ajos, chorizo y bacon 2º: Calamar guisado , huevo duro como guarnición(4) 3º Fruta del tiempo(manzana)	1º: Verdura 2º : Lomo con champiñones /costilla de cerdo con tomate y lechuga (1) (2) 3º: Fruta: plátano	1º: Lentejas aliñadas con jamón, chorizo y zanahoria 2º: Filete de merluza rebozado /lechuga (1) (2) (3) 3º: Fruta del tiempo: mandarina	1º: Sopa de verduras 2º: Pollo asado con patatas fritas 3º: Lácteo: yogur (7)
2ª SEMANA	1º: Verdura/Crema de verduras 2º: Pavo guisado con champiñones/ Costilla de cerdo, tomate/lechuga 3º: Lácteo: yogur(7)	1º: Sopa de pollo, ternasco y verduras.(1) (6) 2º: Tortilla de patata, cebolla y fiambre con lechuga(2) (1) 3º Fruta: plátano	1º: Verdura: acelga con patata 2º: Albóndigas de carne con tomate (1) (2)/salchichas 3º: Fruta del tiempo: manzana	1º: Paella mixta (3) (4) (5) 2º: Croquetas de pescado caseras /Empanadillas al horno(1) (2) (3) 3º: Fruta del tiempo: pera	1º Judías pintas 2º Pechuga de pollo a la naranja con champiñones . lechuga(1) 3º: Lácteo (7)
3ª SEMANA	1º: Sopa de arroz con huevo (2) (6) 2º: Ternasco de Belchite al horno con patatas fritas/ Canelones 3º: Lácteo: yogur (7)	1º Verdura: borraja con patata 2º: Pechuga de pollo empanada. Ensalada(1) (2) 3º: Fruta del tiempo	1º: Garbanzos con trocitos de huevo duro (2) 2º: Albóndigas de bacalao / Bacalao al horno/ tomate y lechuga. (1) (2) (3) (7) 3º: Fruta del tiempo: manzana	1º: Patatas asadas /a la riojana. 2º: Jacobos elaborados en el establecimiento lechuga (1) (2) 3º: Fruta del tiempo	1º: Judías verdes con patata 2º: Filete de merluza en salsa, con gambas y almejas. lechuga (3) 2)(4)(5) 3º: Lácteo/Leche con bizcocho casero(7)
4ª SEMANA	1º: Paella mixta/Arroz "tres delicias". (3) (4) (5) 2º: Huevos rellenos/ tortilla y lechuga (2) (3) 3º: Lácteo: yogur (7)	1º: Lentejas aliñadas con cebolla, jamón y verduras 2º: Pescado (gallo) / lechuga (3) (1) 3º3º Fruta: plátano	1º: Verdura: brócoli con patatas 2º: Ternera con guarnición de guisantes y zanahoria /Carrillada (1) 3º: Fruta del tiempo	1º: Puré de verduras: calabacín, zanahoria, puerros, patatas y judías 2º: Pollo en salsa de almendras/pimiento(8) 3º: Lácteo (yogur) (7)	1º: Macarrones gratinados (1) (7) 2º Hamburguesa con lechuga/salchichas (1) 3º: Fruta del tiempo: pera

El menú incluye pan. (1)

Nota: Puede suceder en alguna ocasión que los proveedores no hayan podido suministrar el producto solicitado, lo que origina un cambio en el menú previsto. En esa circunstancia se opta por sustituirlo por el correspondiente a otro día de esa semana.

Se reparte una copia de este menú a cada familia, a fin de que la cena sea complementaria con el menú del mediodía y se garanticen las necesidades nutricionales de cada niño.

REGISTRO DE ALÉRGENOS PRESENTES EN LOS MENÚS

	CEREALES CON GLUTEN	<u>1</u>	 CRUSTÁCEOS	CRUSTÁCEOS	<u>5</u>
	HUEVO	<u>2</u>	 APIO	APIO	<u>6</u>
	PESCADO	<u>3</u>	 LACTEOS	LECHE	<u>7</u>
 MOLUSCOS	MOLUSCOS	<u>4</u>		FRUTOS SECOS	<u>8</u>