



MENÚ TRANSICIÓN (0-1) NOVIEMBRE 2023



TODA LA MATERIA PRIMA USADA EN ESTE MENÚ NO CONTIENE LACTOSA NI PROTEÍNA DE LA LECHE (Ni trazas de las mismas)

LUNES 30 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA C/ENSALADA FRUTA, PAN/AGUA 	MARTES 31 CREMA DE PUERRO POLLO ASADO CON ZANAHORIA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2 PURÉ DE VERDURAS LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS Y MIJO FRUTA, PAN/AGUA 	VIERNES 3 PURÉ DE JUDÍAS VERDES MERLUZA PLANCHA C/PATATAS PANADERA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 
LUNES 6 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATAS C/ZANAHORIA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 	MARTES 7 PURÉ DE CALABAZA Y PUERRO POLLO PLANCHA CON ENSALADA DE GARBANZOS, TOMATE Y CEBOLLA FRUTA, PAN/AGUA 	MIÉRCOLES 8 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 	JUEVES 9	VIERNES 10 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/ENSALADA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 
LUNES 13 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON PUERRO YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 	MARTES 14 PURÉ DE CALABAZA FILETES DE TERNERA EN SALSA C/ARROZ PILAF FRUTA, PAN/AGUA 	MIÉRCOLES 15 PURÉ DE VERDURAS POLLO EN SALSA DE ZANAHORIA CON ARROZ YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 	JUEVES 16 PURÉ DE VERDURAS COCIDO COMPLETO(garbanzos, morcillo, , gallina, zanahoria, patata y repollo) FRUTA, PAN/AGUA 	VIERNES 17 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA EN SALSA VERDE C/ENSALADA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 
LUNES 20 PURÉ DE JUDÍAS VERDES TORTILLA FRANCESA C/ZANAHORIA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 	MARTES 21 PURÉ DE VERDURAS PATATAS GUISADAS CON VERDURAS Y MERLUZA FRUTA, PAN/AGUA 	MIÉRCOLES 22 PURÉ DE VERDURAS TERNERA EN SALSA CON VERDURAS YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 	JUEVES 23 PURÉ DE VERDURAS EMPANADILLAS CASERAS DE POLLO AL HORNO FRUTA, PAN/AGUA 	VIERNES 24 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/ENSALADA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 
LUNES 27 PURÉ DE VERDURAS TORTILLA C/TOMATE YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 	MARTES 28 CREMA DE CALABAZA POLLO ASADO CON ARROZ FRUTA, PAN/AGUA 	MIÉRCOLES 29 PURÉ DE VERDURAS (temporada) MERLUZA HORNO C/ENSALADA YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 	JUEVES 30 PURÉ DE VERDURAS COCIDO COMPLETO(garbanzos, morcillo, , gallina, zanahoria, patata y repollo) FRUTA, PAN/AGUA 	VIERNES 1 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA PLANCHA C/TOMATE YOGUR DE SOJA, PAN/AGUA 

*(PROMEDIO VALORES NUTRICIONALES POR COMIDA: Kcal: 398 PR: 17.2 g LIP: 15.1g HC: 53,0g)

LAS NOTIFICACIONES DE MOLUSCOS Y CRUSTÁCEOS EN LOS DÍAS DE PESCADO, SE DEBE AL HECHO DE SER CONGELADOS (POR NORMATIVA), Y NO GARANTIZAN LA INEXISTENCIA DE TRAZAS DE LOS MISMOS, ASÍ COMO EL SÉSAMO EN EL PAN

Verdura del mes: CALABAZA



*Desde la escuela se está concretando su compromiso con el Pacto de Milán, que promueve un cambio en el modelo agroalimentario apostando por el consumo de alimentos frescos, de cercanía, de temporada y lo más libres de tóxicos posible.

Más info en: <https://diario.madrid.es/blog/tag/pacto-de-milan/>

