

# Menú Basal Colegio La Purísima

## Mediterránea de catering IN SITU

### Curso 2020-21

mediterránea

5-oct. 16-nov.

6-oct. 17-nov.

7-oct. 18-nov.

8-oct. 19-nov.

9-oct. 20-nov.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Almuerzo</b>	Crema de verduras Albóndigas con tomate Patatas panaderas Agua, Pan y Yogur	Puchero Merluza empanada Tomate Agua, Pan y Yogur	Cazuela de fideos con pescado Tortilla de patatas con cebolla Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Arroz con tomate Salchichas frankfurt Menestra Agua, Pan y Fruta	Crema de zanahorias Salmón al horno con salsa de cebolla y eneldo Arroz pilaf Agua, Pan y Fruta
<b>Propuesta Cenas</b>	ENSALADA + PESCADO + FRUTA/YOGUR	REVUELTO VERDURAS+ FRUTA/YOGUR	ARROZ + PESCADO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + HUEVO + FRUTA/YOGUR	PASTA + CARNE + FRUTA/YOGUR
	12-oct. 23-nov.	13-oct. 24-nov.	14-oct. 25-nov.	15-oct. 26-nov.	16-oct. 27-nov.
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Almuerzo</b>	Lentejas con chorizo Tortilla francesa Tomate Agua, Pan y Fruta	Paella de verduras Hamburguesa mixta al horno Ensalada variada Agua, Pan y Yogur	Macarrones boloñesa Varitas de pescado Zanahorias Agua, Pan y Fruta	Crema de calabacín Jamoncitos de pollo Arroz pilaf Agua, Pan y Yogur	Patatas con tomate Merluza al horno Ensalada variada Agua, Pan y Fruta
<b>Propuesta Cenas</b>	VERDURAS + PAVO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + HUEVO + FRUTA/YOGUR	PATATAS + VERDURAS + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + PESCADO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + HUEVO + FRUTA/YOGUR
	7-sep. 19-oct. 30-nov.	8-sep. 20-oct.	9-sep. 21-oct.	10-sep. 22-oct.	11-sep. 23-oct.
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Almuerzo</b>	Potaje de garbanzos Tortilla de patatas Tomate Agua, Pan y Fruta	Cazuela de patatas con chorizo Lomo de cerdo al ajillo Ensalada variada Agua, Pan y Yogur	Arroz tres delicias Pavo en salsa de zanahorias Patatas Agua, Pan y Yogur	Crema de calabaza Pizza margarita Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Espaguetis con tomate y queso Salmón al horno al limón Menestra Agua, Pan y Fruta
<b>Propuesta Cenas</b>	ENSALADA + TORTILLA+ FRUTA/YOGUR	VERDURAS + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA+ CARNE + FRUTA/YOGUR	ARROZ + HUEVO + FRUTA/YOGUR	PATATAS + TORTILLA+ FRUTA/YOGUR
	14-sep. 26-oct.	15-sep. 27-oct.	16-sep. 28-oct.	17-sep. 29-oct.	18-sep. 30-oct.
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Almuerzo</b>	Lentejas con verduras Empanadillas de atún Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Crema hortelana Pollo marinado Arroz pilaf Agua, Pan y Fruta	Puchero Salchichas al vino Tomate Agua, Pan y Yogur	Cazuela de patatas con choco Cordon bleu de pavo Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Arroz con tomate Caella encebollada Patatas panaderas Agua, Pan y Yogur
<b>Propuesta Cenas</b>	PASTA + CARNE + FRUTA/YOGUR	ARROZ + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + POLLO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + HUEVO + FRUTA/YOGUR	CREMA DE VERDURAS+ PESCADO + FRUTA/YOGUR
	21-sep. 2-nov.	22-sep. 3-nov.	23-sep. 4-nov.	24-sep. 5-nov.	25-sep. 6-nov.
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Almuerzo</b>	Crema de verduras Tortilla de patatas con calabacín Lechuga Agua, Pan y Fruta	Paella de pollo Albóndigas con tomate Calabacín salteado Agua, Pan y Yogur	Macarrones carbonara Hamburguesa mixta al horno Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Patatas a la riojana Nuggets de pollo Zanahorias salteadas Agua, Pan y Fruta	Crema de zanahorias Merluza al horno en salsa de calabacín Tomate natural Agua, Pan y Yogur
<b>Propuesta Cenas</b>	PASTA + PAVO + FRUTA/YOGUR	ARROZ + HUEVO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + PESCADO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + CARNE + FRUTA/YOGUR
	28-sep. 9-nov.	29-sep. 10-nov.	30-sep. 11-nov.	1-oct. 12-nov.	2-oct. 13-nov.
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Almuerzo</b>	Sopa de picadillo Revuelto de patata y pollo Tomate Agua, Pan y Fruta	Espaguetis boloñesa Tortilla francesa Lechuga Agua, Pan y Yogur	Crema de calabacín Pizza margarita Ensalada variada Agua, Pan y Fruta	Arroz con tomate Lomo de cerdo al ajillo Zanahorias Agua, Pan y Yogur	Lentejas estofadas Salmón al horno Puré de patatas Agua, Pan y Fruta
<b>Propuesta Cenas</b>	PASTA + CARNE + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ARROZ + PESCADO + FRUTA/YOGUR	ENSALADA + HUEVO + FRUTA/YOGUR	VERDURAS + POLLO + FRUTA/YOGUR

La fruta habitualmente corresponderá a: Naranja, Mandarina, Manzana, Pera, Plátano y Kiwi.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ