

MENÚS ALTERNATIVOS

MAYO 2024



— COLEGIO PÚBLICO BILINGÜE —
Virgen de Navalazarza





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

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PESCADO, GUISANTE, LENTEJA, GARBANZO, AJO, CEBOLLA, PIMIENTO
LUNES	6	1º: JUDIAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: ALBÓNDIGAS DE TERNERA Y CERDO GUIADAS G: PATATAS FRITAS P: MANZANA Y LECHE	1º: JUDIAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: HAMBURGUESA EN SALSA G: PATATAS COCIDAS P: MANZANA Y LECHE	1º: JUDIAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: ALBÓNDIGAS SIN HUEVO DE TERNERA Y CERDO GUIADAS G: PATATAS FRITAS P: MANZANA Y LECHE	1º: JUDIAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: ALBÓNDIGAS DE TERNERA Y CERDO GUIADAS G: PATATAS FRITAS P: MANZANA Y LECHE	1º: JUDIAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: ALBÓNDIGAS DE TERNERA Y CERDO GUIADAS G: PATATAS FRITAS P: MANZANA Y LECHE DE SOJA	1º: JUDIAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: ALBÓNDIGAS SIN GLUTEN DE TERNERA Y CERDO GUIADAS G: PATATAS FRITAS P: MANZANA Y LECHE	1º: PURE DE JUDIAS VERDES 2º: TORTILLA FRANCESA P: MANZANA	1º: JUDIAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: ALBÓNDIGAS DE TERNERA GUIADAS G: PATATAS FRITAS P: MANZANA Y LECHE	1º: JUDIAS VERDES CON SALSA DE TOMATE 2º: ALBÓNDIGAS SIN HUEVO DE TERNERA Y CERDO GUIADAS G: PATATAS FRITAS P: MANZANA Y LECHE
MARTES	7	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º COCIDO COMPLETO(,GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) P PLATANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º COCIDO COMPLETO(,GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) SIN CERDO P PLATANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS SIN GLUTEN 2º COCIDO COMPLETO(,GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) P PLATANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º COCIDO COMPLETO(,GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) P PLATANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º COCIDO COMPLETO(,GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) P PLATANO Y LECHE DE SOJA PAN DE CEREALES	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º COCIDO COMPLETO(,GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) P PLATANO Y LECHE	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA P PLATANO	1º SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 2º COCIDO COMPLETO(,GARBANZOS ,CARNE Y VERDURA) SIN CERDO P PLATANO Y LECHE PAN DE CEREALES	1º SOPA DE VERDURA 2º FILETE DE POLLO A LA PLANCHA P PLATANO Y LECHE PAN DE CEREALES
MIÉRCOLES	8	1º: FIDEUÁ CON CARNE Y MARISCO 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P: YOGUR PAN INTEGRAL	1º: FIDEUÁ CON CARNE Y MARISCO 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P: YOGUR PAN INTEGRAL	1º: FIDEUÁ SIN GLUTEN CON CARNE Y MARISCO 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P: YOGUR PAN INTEGRAL	1º: FIDEUÁ DE VEGETALES 2º: FILETE DE POLLO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P: YOGUR PAN INTEGRAL	1º: FIDEUÁ CON CARNE Y MARISCO 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P: YOGUR DE SOJA PAN INTEGRAL	1º: FIDEUÁ SIN GLUTEN CON CARNE Y MARISCO 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P: YOGUR	1º: FIDEUÁ DE VEGETALES 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO P: YOGUR DESNATADO	1º: FIDEUÁ DE VEGETALES 2º: LOMOS DE BACALAO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P: YOGUR PAN INTEGRAL	1º: FIDEUÁ SIN GLUTEN DE VEGETALES 2º: FILETE DE POLLO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ P: YOGUR PAN INTEGRAL
JUEVES	9	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE RUSO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA P: PERA Y LECHE	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA FRANCESA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA P: PERA Y LECHE	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE RUSO SIN HUEVO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA P: PERA Y LECHE	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE RUSO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA P: PERA Y LECHE	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE RUSO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA P: PERA Y LECHE DE SOJA	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: FILETE RUSO SIN GLUTEN G: ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA P: PERA Y LECHE	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: TORTILLA FRANCESA P: PERA	1º: LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: FILETE RUSO DE TERNERA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA P: PERA Y LECHE	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: FILETE RUSO SIN GLUTEN G: ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA P: PERA Y LECHE
VIERNES	10	1º: GUISANTES CON JAMÓN SERRANO 2º: HUEVOS AL HORNO CON ATÚN Y SALSA DE TOMATE G: ENSALADA E LECHUGA Y REMOLACHA P: MANZANA	1º: GUISANTES REHOGADOS 2º: HUEVOS AL HORNO CON ATÚN Y SALSA DE TOMATE G: ENSALADA E LECHUGA Y REMOLACHA P: MANZANA	1º: GUISANTES CON JAMÓN SERRANO 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA E LECHUGA Y REMOLACHA P: MANZANA	1º: GUISANTES CON JAMÓN SERRANO 2º: HUEVOS AL HORNO CON SALSA DE TOMATE G: ENSALADA E LECHUGA Y REMOLACHA P: MANZANA	1º: GUISANTES REHOGADOS 2º: HUEVOS AL HORNO CON ATÚN Y SALSA DE TOMATE G: ENSALADA E LECHUGA Y REMOLACHA P: MANZANA	1º: GUISANTES CON JAMÓN SERRANO 2º: HUEVOS AL HORNO CON ATÚN Y SALSA DE TOMATE G: ENSALADA E LECHUGA Y REMOLACHA P: MANZANA	1º: ARROZ BLANCO REHOGADO 2º: HUEVOS REVUELTOS P: MANZANA	1º: GUISANTES REHOGADOS 2º: HUEVOS AL HORNO CON ATÚN Y SALSA DE TOMATE G: ENSALADA E LECHUGA Y REMOLACHA P: MANZANA	1º: ARROZ BLANCO CON TOMATE 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA E LECHUGA Y REMOLACHA P: MANZANA



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

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PESCADO, GUISANTE, LENTEJA, GARBANZO, AJO, CEBOLLA, PIMIENTO
LUNES	1 3	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: POLLO ASADO G: PATATAS A LA PANADERA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: POLLO ASADO G: PATATAS ASADA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: POLLO ASADO G: PATATAS A LA PANADERA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: POLLO ASADO G: PATATAS A LA PANADERA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL	1º: PURÉ DE CALABACÍN 2º: POLLO ASADO G: PATATAS A LA PANADERA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: POLLO ASADO G: PATATAS A LA PANADERA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: POLLO ASADO G: PATATAS ASADAS P: MANZANA	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: POLLO ASADO G: PATATAS A LA PANADERA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL	1º: CREMA DE CALABACÍN 2º: POLLO ASADO G: PATATAS A LA PANADERA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL
MARTES	1 4	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G: ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ P: NARANJA PAN DE CEREALES	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G: ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ P: NARANJA PAN DE CEREALES	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G: ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ P: NARANJA PAN DE CEREALES	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: TORTILLA FRANCESA G: ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ P: NARANJA PAN DE CEREALES	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G: ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ P: NARANJA PAN DE CEREALES	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G: ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ P: NARANJA	1º: ARROZ BLANCO REHOGADO 2º: TORTILLA FRANCESA P: PERA	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FILETE DE PESCADILLA AL HORNO G: ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ P: NARANJA PAN DE CEREALES	1º: JUDÍAS BLANCAS CON QUINOA 2º: FIAMBRE DE PAVO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ P: NARANJA PAN DE CEREALES
MIÉRCOLES	1 5	1º: ESPAGUETIS CON NATA Y BACON 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO G: PURÉ DE MANZANA P: PLÁTANO Y LECHE	1º: ESPAGUETIS CON TOMATE NATURAL 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO G: PURÉ DE MANZANA P: PLÁTANO Y LECHE	1º: ESPAGUETIS SIN GLUTEN CON NATA Y BACON 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO G: PURÉ DE MANZANA P: PLÁTANO Y LECHE	1º: ESPAGUETIS CON NATA Y BACON 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO G: PURÉ DE MANZANA P: PLÁTANO Y LECHE	1º: ESPAGUETIS CON TOMATE 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO G: PURÉ DE MANZANA P: PLÁTANO Y LECHE DE SOJA	1º: ESPAGUETIS SIN GLUTEN CON NATA Y BACON 2º: CINTA DE LOMO AL HORNO G: PURÉ DE MANZANA P: PLÁTANO Y LECHE	1º: ESPAGUETIS REHOGADOS 2º: CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO G: PURÉ DE MANZANA P: PLÁTANO	1º: ESPAGUETIS CON TOMATE 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: PURÉ DE MANZANA P: PLÁTANO Y LECHE	1º: ESPAGUETIS SIN GLUTEN CON NATA Y BACON 2º: CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO G: PURÉ DE MANZANA P: PLÁTANO Y LECHE
JUEVES	1 6	1º: PATATAS GUISADAS CON BONITO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: ENSALADA DE LECHUGA P: SANDÍA PAN INTEGRAL	1º: PATATAS GUISADAS CON BONITO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: ENSALADA DE LECHUGA P: SANDÍA PAN INTEGRAL	1º: PATATAS GUISADAS CON BONITO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: ENSALADA DE LECHUGA P: SANDÍA PAN INTEGRAL	1º: PATATAS GUISADAS CON VERDURAS 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: ENSALADA DE LECHUGA P: SANDÍA PAN INTEGRAL	1º: PATATAS GUISADAS CON BONITO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: ENSALADA DE LECHUGA P: SANDÍA PAN INTEGRAL	1º: PATATAS GUISADAS CON BONITO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: ENSALADA DE LECHUGA P: SANDÍA	1º: PATATAS GUISADAS CON VERDURAS 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO P: SANDÍA	1º: PATATAS GUISADAS CON BONITO 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: ENSALADA DE LECHUGA P: SANDÍA PAN INTEGRAL	1º: PATATAS GUISADAS CON VERDURAS 2º: RAGOUT DE PAVO ASADO G: ENSALADA DE LECHUGA P: SANDÍA PAN INTEGRAL
VIERNES	1 7	1º: BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: PESCADO VARIADO FRITO G: ENSALADA DE QUINOA P: MELOCOTÓN Y LECHE	1º: BRÓCOLI REHOGADO 2º: MERLUZA AL HORNO G: ENSALADA DE QUINOA P: MELOCOTÓN Y LECHE	1º: BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: MERLUZA AL HORNO G: ENSALADA DE QUINOA P: MELOCOTÓN Y LECHE	1º: BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE QUINOA P: MELOCOTÓN Y LECHE	1º: BRÓCOLI REHOGADO 2º: MERLUZA AL HORNO G: ENSALADA DE QUINOA P: MELOCOTÓN Y LECHE DE SOJA	1º: BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: MERLUZA AL HORNO G: ENSALADA DE QUINOA P: MELOCOTÓN Y LECHE	1º: PURE DE PATATA 2º: MERLUZA AL HORNO P: MANZANA	1º: BRÓCOLI REHOGADO 2º: PESCADO VARIADO G: ENSALADA DE QUINOA P: MELOCOTÓN Y LECHE	1º: BRÓCOLI REHOGADO CON JAMÓN 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE QUINOA P: MELOCOTÓN Y LECHE



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

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PESCADO, GUIBANTE, LENTEJA, GARBANZO, AJO, CEBOLLA, PIMIENTO
LUNES	20	1º: MACARRONES GRATINADOS CON QUESO 2º: FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA G: ENSALADA DE ESCAROLA P: NATILLAS	1º: MACARRONES CON TOMATE NATURAL 2º: FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA G: ENSALADA DE ESCAROLA P: YOGUR DESNATADO	1º: MACARRONES SIN GLUTEN CON TOMATE 2º: FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA G: ENSALADA DE ESCAROLA P: NATILLAS	1º: MACARRONES GRATINADOS CON QUESO 2º: FILETE DE CERDO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE ESCAROLA P: NATILLAS	1º: MACARRONES CON TOMATE 2º: FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA G: ENSALADA DE ESCAROLA P: YOGUR DE SOJA	1º: MACARRONES SIN GLUTEN GRATINADOS CON QUESO 2º: FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA G: ENSALADA DE ESCAROLA P: NATILLAS	1º: MACARRONES REHOGADOS 2º: FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA P: YOGUR DESNATADO	1º: MACARRONES GRATINADOS CON QUESO 2º: FILETE DE SALMÓN A LA PLANCHA G: ENSALADA DE ESCAROLA P: NATILLAS	1º: MACARRONES SIN GLUTEN CON TOMATE 2º: FILETE DE CERDO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE ESCAROLA P: NATILLAS
MARTES	21	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: MAIZ SALTEADO P: MANZANA Y LECHE PAN DE CEREALES	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: MAIZ SALTEADO P: MANZANA Y LECHE PAN DE CEREALES	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: MAIZ SALTEADO P: MANZANA Y LECHE PAN DE CEREALES	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: MAIZ SALTEADO P: MANZANA Y LECHE PAN DE CEREALES	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: MAIZ SALTEADO P: MANZANA Y LECHE PAN DE CEREALES	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: MAIZ SALTEADO P: MANZANA Y LECHE	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA P: MANZANA	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: MAIZ SALTEADO P: MANZANA Y LECHE PAN DE CEREALES	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: RAGOUT DE TERNERA GUISADA G: MAIZ SALTEADO P: MANZANA Y LECHE PAN DE CEREALES
MIÉRCOLES	22	1º: JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON CHORIZO 2º: TORTILLA DE PATATAS G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: PERA	1º: JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON VERDURAS 2º: TORTILLA FRANCESA G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: PERA	1º: JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON CHORIZO 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: PERA	1º: JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON CHORIZO 2º: TORTILLA DE PATATAS G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: PERA	1º: JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON CHORIZO 2º: TORTILLA DE PATATAS G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: PERA	1º: JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON CHORIZO 2º: TORTILLA DE PATATAS G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: PERA	1º: ARROZ BLANCO REHOGADO 2º: TORTILLA FRANCESA P: PERA	1º: JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON CHORIZO 2º: TORTILLA DE PATATAS G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: PERA	1º: JUDÍAS PINTAS GUISADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: PERA
JUEVES	23	1º: SOPA DE LETRAS DE PASTA 2º: FILETE DE POLLO VILLEROY G: ENSALADA DE COL P: PLÁTANO Y LECHE PAN INTEGRAL	1º: SOPA DE LETRAS DE PASTA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE COL P: PLÁTANO Y LECHE PAN INTEGRAL	1º: SOPA DE LETRAS DE PASTA SIN GLUTEN 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE COL P: PLÁTANO Y LECHE PAN INTEGRAL	1º: SOPA DE LETRAS DE PASTA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE COL P: PLÁTANO Y LECHE PAN INTEGRAL	1º: SOPA DE LETRAS DE PASTA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE COL P: PLÁTANO Y LECHE DE SOJA PAN INTEGRAL	1º: SOPA DE LETRAS DE PASTA SIN GLUTEN 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE COL P: PLÁTANO Y LECHE	1º: SOPA DE LETRAS DE PASTA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA P: PLÁTANO	1º: SOPA DE LETRAS DE PASTA 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE COL P: PLÁTANO Y LECHE PAN INTEGRAL	1º: SOPA DE LETRAS DE PASTA SIN GLUTEN 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE COL P: PLÁTANO Y LECHE PAN INTEGRAL
VIERNES	24	1º: PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO G: VERDURAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS	1º: PATATAS GUISADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO G: VERDURAS ASADAS P: YOGUR DESNATADO	1º: PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO G: VERDURAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS	1º: PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA 2º: YORK A LA PLANCHA G: VERDURAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS	1º: PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO G: VERDURAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS	1º: PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO G: VERDURAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS	1º: PATATAS GUISADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO YOGUR DESNATADO	1º: PATATAS GUISADAS CON VERDURAS 2º: FILETE DE MERLUZA AL HORNO G: VERDURAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS	1º: PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA 2º: YORK A LA PLANCHA G: VERDURAS ASADAS P: GELATINA DE FRUTAS



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

		MENÚ BASAL	DIETAS HIPOCALÓRICAS	ALERGIA AL HUEVO	ALERGIA AL PESCADO	ALERGIA LECHE / INTOL. LACTOSA	CELIACOS (SIN GLUTEN)	DIETAS ASTRINGENTES	NO CERDO	HUEVO, PESCADO, GUISANTE, LENTEJA, GARBANZO, AJO, CEBOLLA, PIMIENTO
LUNES	27	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: EMPANADILLAS DE ATÚN AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: FIAMBRE DE PAVO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: FIAMBRE DE PAVO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: FIAMBRE DE PAVO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: FIAMBRE DE PAVO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: FIAMBRE DE PAVO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL	1º: PURÉ DE PATATA 2º: FIAMBRE DE PAVO AL HORNO P: PERA	1º: PURÉ DE GARBANZOS 2º: EMPANADILLAS DE ATÚN AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL PAN INTEGRAL	1º: PURÉ DE PATATA 2º: FIAMBRE DE PAVO AL HORNO G: ENSALADA DE LECHUGA P: MACEDONIA DE FRUTAS NATURAL PAN INTEGRAL
MARTES	28	1º: PAELLA DE ARROZ CON MARISCO 2º: HAMBURGUESA DE TERNERA Y CERDO G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: MANZANA Y LECHE	1º: PAELLA DE ARROZ CON MARISCO 2º: HAMBURGUESA DE TERNERA Y CERDO G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: MANZANA Y LECHE	1º: PAELLA DE ARROZ CON MARISCO 2º: HAMBURGUESA SIN HUEVO DE TERNERA Y CERDO G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: MANZANA Y LECHE	1º: PAELLA DE ARROZ CON VERDURAS 2º: HAMBURGUESA DE TERNERA Y CERDO G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: MANZANA Y LECHE	1º: PAELLA DE ARROZ CON MARISCO 2º: HAMBURGUESA DE TERNERA Y CERDO G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: MANZANA Y LECHE DE SOJA	1º: PAELLA DE ARROZ CON MARISCO 2º: HAMBURGUESA SIN GLUTEN DE TERNERA Y CERDO G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: MANZANA Y LECHE	1º: ARROZ BLANCO REHOGADO 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA P: MANZANA	1º: PAELLA DE ARROZ CON MARISCO 2º: HAMBURGUESA DE TERNERA G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: MANZANA Y LECHE	1º: ARRO BLANCO REHOGADO CON TOMATE 2º: HAMBURGUESA SIN HUEVO DE TERNERA Y CERDO G: ENSALADA DE RODAJAS DE TOMATE P: MANZANA Y LECHE
MIÉRCOLES	29	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: TORTILLA DE PATATAS G: ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA P: PERA	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: TORTILLA FRANCESA G: ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA P: PERA	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA P: PERA	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: TORTILLA DE PATATAS G: ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA P: PERA	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: TORTILLA DE PATATAS G: ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA P: PERA	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: TORTILLA DE PATATAS G: ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA P: PERA	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: TORTILLA FRANCESA P: PERA	1º: MENESTRA DE VERDURAS GUIADAS 2º: TORTILLA DE PATATAS G: ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA P: PERA	1º: PURÉ DE VERDURAS 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA P: PERA
JUEVES	30	1º: LASAÑA DE CARNE 2º: ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G: VERDURAS PLANCHA P: PLÁTANO PAN DE CEREALES	1º: PASTA CON TOMATE NATURAL 2º: ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G: VERDURAS PLANCHA P: PLÁTANO PAN DE CEREALES	1º: PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE 2º: ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G: VERDURAS PLANCHA P: PLÁTANO PAN DE CEREALES	1º: PASTA CON TOMATE 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: VERDURAS PLANCHA P: PLÁTANO PAN DE CEREALES	1º: PASTA CON TOMATE 2º: ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G: VERDURAS PLANCHA P: PLÁTANO PAN DE CEREALES	1º: PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE 2º: ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G: VERDURAS PLANCHA P: PLÁTANO	1º: PASTA REHOGADA 2º: MERLUZA A LA PLANCHA P: PLÁTANO	1º: PASTA CON TOMATE NATURAL 2º: ATÚN EN TACOS A LA PLANCHA G: VERDURAS PLANCHA P: PLÁTANO PAN DE CEREALES	1º: PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE 2º: FILETE DE POLLO A LA PLANCHA G: VERDURAS PLANCHA P: PLÁTANO PAN DE CEREALES
VIERNES	31	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: CAZÓN EN ADOBO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: BIZCOCHO Y LECHE SOLA	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: CAZÓN A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: YOGUR DESNATADO	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: CAZÓN EN ADOBO SIN HUEVO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: YOGUR	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: CINTA DE LOMO ADOBADA A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: BIZCOCHO Y LECHE SOLA	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: CAZÓN EN ADOBO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: YOGUR DE SOJA	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: CAZÓN EN ADOBO SIN GLUTEN G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: YOGUR	1º: PURE DE ZANAHORIA 2º: BACALAO A LA PLANCHA P: YOGUR DESNATADO	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: CAZÓN EN ADOBO G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: BIZCOCHO Y LECHE SOLA	1º: JUDÍAS PINTAS GUIADAS CON VERDURAS 2º: CINTA DE LOMO FRESCA A LA PLANCHA G: ENSALADA DE LECHUGA Y ESCAROLA P: YOGUR