



MENU JUNIO 2023

CEIP MARIA ZAMBRANO

MENU BASAL



1ª SEMANA														JUEVES							VIERNES																				
LUNES														8							9																				
														Espirales (G) con salsa de tomate Escalopa de pollo (G,L) Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada							Lentejas a la riojana (chorizo(L*) y verduras) Filete de merluza al horno (P) Variedad de ensaladas Fruta de temporada																				
INF.														PRI.							INF.							PRI.													
689 94 23 25 960 117 32 42 677 90 30 29 817 87 42 34																																									
2ª SEMANA														JUEVES							VIERNES																				
LUNES														8							9																				
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino														Crema de verduras de temporada Revuelto de jamón Espirales con aceite y oregano							Garbanzos guisados Filete de merluza al horno con base de cebolla (P) Lechuga, maiz y soja (SO)							Borrajá con patata Filete de pavo con loncha de queso (L) Lechuga, tomate y olivas							Sopa de caldo con pasta (G,H*) Colitas de rape a la marinera (P,ML,C) Lechuga, zanahoria y maiz						
INF.														PRI.							INF.							PRI.													
583 76 24 20 862 101 31 36 582 55 24 31 750 59 21 38 574 62 28 19 759 58 46 38 614 64 24 31 727 65 30 39 576 72 20 21 761 76 24 29																																									
3ª SEMANA														JUEVES							VIERNES																				
LUNES														15							16																				
Arroz con salsa de tomate casero Filete de gallo al horno Lechuga, maiz y zanahoria														Lentejas guisadas con verduras (S) Tortilla de espinacas (H) Lechuga, pepino y olivas							Macarrones (G) con aceite de oliva y oregano Jamoncitos de pollo al horno a la naranja Lechuga, zanahoria y soja (SO)							Garbanzos con patata y aceite de oliva Hamburguesa de coliflor y queso Lechuga, tomate y olivas							Brócoli con patata y aceite de oliva Albóndigas de ternera con salsa de tomate Champiñones						
INF.														PRI.							INF.							PRI.													
597 78 23 22 835 90 33 39 620 81 23 23 766 93 26 32 583 62 24 23 854 63 46 47 601 68 15 31 749 86 26 34 593 54 28 30 724 58 30 31																																									
4ª SEMANA														JUEVES							VIERNES																				
LUNES														22							23																				
Coliflor i patata con aceite de oliva Filete de merluza al horno (P) Lechuga, olivas y soja (SO)														Sopa de verduras (G,H*) Bistec de pollo al horno Mezcla de setas							Crema de brócoli, cebolla y patata Bacalao al horno (P) Lechuga, tomate y maiz							Judías pintas guisadas (S) Tortilla de patatas (H) Lechuga, olivas y soja (SO)							COMIDA FIN DE CURSO Arroz con salsa de tomate casero Pizza del xef (L,G, P*,SO*,SE*A*,S*,M*) Helado (G,L,F)						
INF.														PRI.							INF.							PRI.													
607 68 24 29 740 71 31 38 573 70 28 17 760 78 40 30 599 66 27 25 790 83 35 35 672 90 24 24 760 84 33 34																																									

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

Valores nutricionales:
 INF. (3-8 AÑOS)
 PRI.: (9-12 AÑOS)
 Naranja: Energía (Kcal)
 Azul: hidratos de carbono (g)
 Rojo: proteínas (g)



MENU JUNIO 2023

CEIP MARIA ZAMBRANO

MENU SIN CERDO



1ª SEMANA	JUEVES														VIERNES			
	1														2			
	Espirales con salsa de tomate														Lentejas estofadas con verduras			
	Escalopa de pollo														Filete de merluza al horno			
	Lechuga, olivas y maiz														Variedad de ensaladas			
Fruta de temporada														Fruta de temporada				
INF. 689 94 23 25 960 117 32 42 677 90 30 29 817 87 42 34														PRI.				
2ª SEMANA	JUEVES														VIERNES			
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín														Sopa de caldo con pasta				
Bistec de pollo al horno														Colitas de rape a la marinera				
Lechuga, zanahoria y pepino														Lechuga, zanahoria y maiz				
Fruta de temporada														Fruta de temporada				
INF. 583 76 24 20 862 101 31 36 590 55 24 31 750 59 21 38 574 63 27 21 759 58 46 38 614 64 24 31 727 65 30 39 576 72 20 21 761 76 24 29														PRI.				
3ª SEMANA	JUEVES														VIERNES			
Arroz con salsa de tomate casero														Brócoli con patata y aceite de oliva				
Filete de gallo al horno														Filet de merluza con salsa de tomate				
Lechuga, maiz y zanahoria														Champiñones				
Fruta de temporada														Fruta de temporada				
INF. 597 78 23 22 835 90 33 39 620 81 23 23 766 93 26 32 583 62 24 23 854 63 46 47 601 68 15 31 749 86 26 34 593 54 28 30 624 58 30 31														PRI.				
4ª SEMANA	JUEVES														VIERNES			
Coliflor i patata con aceite de oliva														COMIDA FIN DE CURSO Arroz con salsa de tomate casero Pizza margarita Helado				
Filete de merluza al horno																		
Lechuga, olivas y soja (SO)																		
Fruta de temporada																		
INF. 607 68 24 29 740 71 31 38 573 70 28 17 760 78 40 30 599 66 27 25 790 83 35 35 672 90 24 24 760 84 33 34														PRI.				

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA
 SERHS FOOD
 C/Doña Juana de Austria, 10
 41013 Sevilla, España
 T: 954 61 11 22
 F: 954 61 11 23
 E: info@serhsfood.com
 C: @serhsfood



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

Valores nutricionales:
 INF. (3-8 AÑOS)
 PRI.: (9-12 AÑOS)



MENU JUNIO 2023

CEIP MARIA ZAMBRANO

MENU SIN CARNE



1ª SEMANA	LUNES 5														MARTES 6														MIÉRCOLES 7														JUEVES 8								VIERNES 9							
	Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Hamburguesa de coliflor y queso Lechuga, zanahoria y pepino														Crema de verduras de temporada Tortilla de patatas Espirales con aceite y oregano														Garbanzos estofados con espinacas Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja														Espirales con salsa de tomate Colas de rape al horno Lechuga, olivas y maíz								Lentejas guisadas con verduras Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas							
Fruta de temporada														Fruta de temporada														Yogurt														Fruta de temporada								Fruta de temporada								
583 76 24 20 840 110 18 36 562 55 24 31 750 75 17 35 544 63 27 21 860 75 43 43 614 64 24 31 930 95 28 50 576 72 20 21 661 76 24 29																																																										
2ª SEMANA	LUNES 12														MARTES 13														MIÉRCOLES 14														JUEVES 15								VIERNES 16							
	Arroz con salsa de tomate casero Filete de gallo al horno Lachuga, maíz y zanahoria														Lentejas guisadas con verduras Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas														Macarrones con aceite de oliva y oregano Merluza al horno a la naranja Lechuga, zanahoria y soja														Borraja con patata Canelones de espinacas Lechuga, tomate y olivas								Sopa de caldo vegetal con pasta Colas de rape a la marinera Lechuga, zanahoria y maíz							
Fruta de temporada														Fruta de temporada														Yogurt														Fruta de temporada								Fruta de temporada								
597 78 23 22 835 90 33 39 620 81 23 23 766 93 26 32 583 62 24 23 790 70 36 41 601 68 15 31 749 86 26 34 593 54 28 30 624 58 30 31																																																										
3ª SEMANA	LUNES 19														MARTES 20														MIÉRCOLES 21														JUEVES 22								VIERNES 23							
	Arroz con salsa de tomate casero Filete de gallo al horno Lachuga, maíz y zanahoria														Lentejas guisadas con verduras Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas														Macarrones con aceite de oliva y oregano Merluza al horno a la naranja Lechuga, zanahoria y soja														Garbanzos con patata y aceite de oliva Hamburguesa de coliflor y queso Lechuga, tomate y olivas								Brócoli con patata y aceite de oliva Albondigas de merluza con salsa de tomate Champiñones							
Fruta de temporada														Fruta de temporada														Yogurt														Fruta de temporada								Fruta de temporada								
607 68 24 29 740 71 31 38 590 70 28 17 670 80 26 26 599 66 27 25 790 83 35 35 672 90 24 24 840 99 35 34																																																										
4ª SEMANA	LUNES 19														MARTES 20														MIÉRCOLES 21														JUEVES 22								VIERNES 23							
	Coliflor i patata con aceite de oliva Filete de merluza al horno Lechuga, olivas y soja														Sopa de verduras Tortilla de calabacín Mezcla de setas														Tortilla de calabacín y patata Bacalao al horno Lechuga, tomate y maíz														Judias pintas guisadas Tortilla de patata Lechuga, olivas y soja								COMIDA FIN DE CURSO Arroz con salsa de tomate casero Pizza vegetal Helado							
Fruta de temporada														Fruta de temporada														Yogurt														Fruta de temporada								Fruta de temporada								
607 68 24 29 740 71 31 38 590 70 28 17 670 80 26 26 599 66 27 25 790 83 35 35 672 90 24 24 840 99 35 34																																																										

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AÑAJADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

Valores nutricionales:
INF. (3-8 AÑOS)
PRI.: (9-12 AÑOS)



MENU JUNIO 2023

CEIP MARIA ZAMBRANO

MENU SIN GLUTEN



1ª SEMANA		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
								Pasta S/G con salsa de tomate Pollo rebozado con harina de maiz Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada		Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de lechugas Fruta de temporada	
		5		6		7		8		9	
2ª SEMANA		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Crema de verduritas de temporada Revuelto de jamón Espirales (S/G) con aceite y oregano Fruta de temporada		Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maiz y soja Yogurt		Borraja con patata Filete de pavo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta (S/G) Colitas de rape a la marinera Lechuga, zanahoria y maiz Fruta de temporada	
		12		13		14		15		16	
3ª SEMANA		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		Arroz con salsa de tomate casero Filete de gallo al horno Lachuga, maiz y zanahoria Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduritas Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones (S/G) con aceite de oliva y oregano Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt		Garbanzos y patata y aceite de oliva Hamburguesa de coliflor y queso Lechuga, tomate y olivas Fruta de temporada		Brócoli con patata y aceite de oliva Albondigas de ternera con salsa de tomate Champiñones Fruta de temporada	
		19		20		21		22		23	
4ª SEMANA		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		Coliflor i patata con aceite de oliva Filete de merluza al horno Lechuga, olivas y soja Fruta de temporada		Sopa de verduritas con pasta (S/G) Bistec de pollo al horno Mezcla de setas Fruta de temporada		Crema de brócoli, cebolla y patata Bacalao al horno Lechuga, tomate y maiz Yogurt		Judias pintas guisadas Tortilla de patatas Lechuga, olivas y soja Fruta de temporada		COMIDA FIN DE CURSO Arroz con salsa de tomate casero Pannini S/G (de queso y tomate) Helado S/G	

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA





MENU JUNIO 2023

CEIP MARIA ZAMBRANO



MENU SIN HUEVO

1ª SEMANA		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
								Espirales sin huevo con salsa de tomate		Lentejas a la riojana (chorizo y verduras)	
								Pollo empanado sin huevo		Filete de merluza al horno	
		Lechuga, zanahoria y pepino		Espirales (s/huevo) con aceite y oregano		Lechuga, maiz y soja		Lechuga, olivas y tomate		Variedad de ensaladas	
		Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporada	
2ª SEMANA		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín		Crema de verduritas de temporada		Garbanzos estofados		Borrajá con patata		Sopa de caldo con pasta sin huevo	
		Bistec de pollo al horno		Pavo al horno		Filete de merluza al horno con base de cebolla		Filete de pavo con loncha de queso		Colitas de rape a la marinera	
		Lechuga, zanahoria y pepino		Espirales (s/huevo) con aceite y oregano		Lechuga, maiz y soja		Lechuga, olivas y tomate		Lechuga, zanahoria y maiz	
		Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporada	
3ª SEMANA		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		Arroz con salsa de tomate casero		Lentejas guisadas con verduritas		Macarrones sin huevo con aceite de oliva y oregano		Garbanzos con patata y aceite de oliva		Brócoli con patata y aceite de oliva	
		Filete de gallo al horno		Pavo al horno		Jamoncitos de pollo al horno		Lomo al horno		Albóndigas de ternera con salsa de tomate	
		Lachuga, maiz y zanahoria		Lechuga, pepino y olivas		Salsa de naranja		Lechuga, tomate y olivas		Champiñones	
		Fruta de temporada		Fruta de temporada		Lechuga, zanahoria y soja		Fruta de temporada		Fruta de temporada	
		Yogurt									
4ª SEMANA		LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		Coliflor i patata con aceite de oliva		Sopa de verduritas con pasta sin huevo		Crema de brócoli, cebolla y patata		Judías pintas guisadas		COMIDA FIN DE CURSO Arroz con salsa de tomate casero Pizza margarita (tomate y queso) Helado	
		Filete de merluza al horno		Bistec de pollo al horno		Bacalao al horno					
		Lechuga, olivas y soja		Mezcla de setas		Lechuga, tomate y maiz					
		Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada			

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

Una alimentación saludable





MENU JUNIO 2023

CEIP MARIA ZAMBRANO



MENU SIN FRUTOS SECOS

1ª SEMANA	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		5		6		7		8		9
							<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Escalopa de pollo</p> <p>Lechuga, olivas y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas a la riojana (chorizo y verduras)</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Variedad de ensaladas</p> <p>Fruta de temporada</p>	
2ª SEMANA	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		12		13		14		15		16
	<p>Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín</p> <p>Bistec de pollo al horno</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Crema de verduritas de temporada</p> <p>Revuelto de jamón</p> <p>Espirales con aceite y oregano</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos estofados</p> <p>Filete de merluza al horno con base de cebolla</p> <p>Lechuga, maíz y soja</p> <p>Yogurt</p>		<p>Borrajá con patata</p> <p>Filete de pavo con loncha de queso</p> <p>Lechuga, olivas y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de caldo con pasta</p> <p>Colitas de rape a la marinera</p> <p>Lechuga, zanahoria y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>	
3ª SEMANA	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		19		20		21		22		23
	<p>Arroz con salsa de tomate casero</p> <p>Filete de gallo al horno</p> <p>Lachuga, maíz y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas guisadas con verduritas</p> <p>Tortilla de espinacas</p> <p>Lechuga, pepino y olivas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Macarrones con aceite de oliva y oregano</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno</p> <p>Salsa de naranja</p> <p>Lechuga, zanahoria y soja</p> <p>Yogurt</p>		<p>Garbanzos con patata y aceite de oliva</p> <p>Hamburguesa de coliflor y queso</p> <p>Lechuga, tomate y olivas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Brócoli con patata y aceite de oliva</p> <p>Albóndigas de ternera con salsa de tomate</p> <p>Champiñones</p> <p>Fruta de temporada</p>	
4ª SEMANA	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
		26		27		28		29		30
	<p>Coliflor i patata con aceite de oliva</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Lechuga, olivas y soja</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de verduritas</p> <p>Bistec de pollo al horno</p> <p>Mezcla de setas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Crema de brócoli, cebolla y patata</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Lechuga, tomate y maíz</p> <p>Yogurt</p>		<p>Judías pintas guisadas</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Lechuga, olivas y soja</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>COMIDA FIN DE CURSO</p> <p>Arroz con salsa de tomate casero</p> <p>Pizza margarita (tomate y queso)</p> <p>Helado (S/FS)</p>	

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

Una alimentación saludable





MENU JUNIO 2023

CEIP MARIA ZAMBRANO

NO LEGUMBRES, PESCADO, MARISCO, HUEVO



SEMANA	1ª SEMANA		2ª SEMANA		3ª SEMANA		4ª SEMANA			
	LUNES	5	MARTES	6	MIÉRCOLES	7	JUEVES	8	VIERNES	9
							JUEVES		VIERNES	
	Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Crema de verduritas de temporada (s/guisantes) Lomo al horno Espirales (s/huevo) con aceite y oregano Fruta de temporada		Espirales (s/huevo) con espinacas Filete de pavo con base de cebolla Lechuga y maíz Yogurt		Borraja con patata Lomo al horno con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		Patatas guisadas con verduras (ni guisantes) Dados de pavo en su jugo Variedad de lechugas Fruta de temporada	
	LUNES	12	MARTES	13	MIÉRCOLES	14	JUEVES	15	VIERNES	16
	Arroz con salsa de tomate casero Filete de pavo al horno Lachuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada		Patatas guisadas amb verdure (s/guisantes) Lomo al horno Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones (s/huevo) con aceite y oregano Jamoncitos de pollo al horno Salsa de naranja Lechuga y zanahoria Yogurt		Arroz con aceite de oliva y oregano Bistec de pollo al horno Lechuga, tomate y olivas Fruta de temporada		Brócoli con patata y aceite de oliva Dados de ternera con salsa de tomate Champiñones Fruta de temporada	
	MARTES	19	MARTES	20	MIÉRCOLES	21	JUEVES	22	VIERNES	23
	Coliflor y patata con aceite de oliva Filete de pavo al horno Lechuga y olivas Fruta de temporada		Sopa de verduritas (s/guisantes) Bistec de pollo al horno Mezcla de setas Fruta de temporada		Crema de brócoli, cebolla y patata Filete de pavo a la plancha Lechuga, tomate y maíz Yogurt		Patatas guisadas (s/guisantes) Dados de ternera en su jugo Lechuga y olivas Fruta de temporada		COMIDA FIN DE CURSO Arroz con salsa de tomate casero Pollo con queso Flip-flap (helado)	

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

Una alimentación saludable

SERHS FOOD
 Dpto. Dirección y Marketing
 C/da. Pío Núñez
 C/da. Mir. CA1001322





MENU JUNIO 2023
CEIP MARIA ZAMBRANO



MENU OVOLACTEOVEGETARIANA

1ª SEMANA	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES	1	VIERNES	2
								Espirales con salsa de tomate Hamburguesa de coliflor y queso Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada		Arroz con champiñones Lentejas guisadas con verduras Variedad de ensaladas Fruta de temporada
2ª SEMANA	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES	8	VIERNES	9
	Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Tortilla francesa Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Crema de verduras de temporada Lentejas con verduras Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada		Judía verde salteada Garbanzos estofados con espinacas Lechuga, maíz y soja Yogurt		Borraja con patata Tortilla francesa Lechuga, tomate y olivas Fruta de temporada			Sopa de caldo vegetal con pasta Judía blanca con verduras Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada
3ª SEMANA	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES	15	VIERNES	16
	Crema de verduras Arroz con guisantes y salsa de tomate casero Lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduras Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones con aceite de oliva y oregano Judías blancas salteadas con verduras Lechuga, zanahoria y soja Yogurt		Garbanzos con patata y aceite de oliva Hamburguesa de coliflor y queso Lechuga, tomate y olivas Fruta de temporada			Brócoli con patata y aceite de oliva Tortilla francesa Champiñones Fruta de temporada
4ª SEMANA	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES	22	VIERNES	23
	Coliflor y patata con aceite de oliva Garbanzos salteados con ajo Lechuga, olivas y soja Fruta de temporada		Sopa de verduras Tortilla de calabacín Mezcla de setas Fruta de temporada		Crema de brócoli, ceba y patata Arroz con verduras y guisantes Lechuga, tomate y maíz Yogurt		 Judías pintas guisadas Tortilla de patata Lechuga, olivas y soja Fruta de temporada			COMIDA FIN DE CURSO Arroz con salsa de tomate Pizza margarita (queso y tomate) Helado

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



NINGUN PRODUCTO CONTIENE ACEITE DE PALMA

TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

Una alimentación saludable

