

	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
COMIDA	ENSALADA CHINA (6)	GUISO DE LENTEJAS CON VERDURA (1)	GUACAMOLE CON CRUDITÉS	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	
	ARROZ TRES DELICIAS (3,6)	FINGERS DE POLLO	MERLUZA AL HORNO (4)	LASAÑA DE TERNERA (1,3,6,7)	
CENA	ROLLITOS DE PRIMAVERA (1)	PATATA PANADERA	CUSCÚS CON BRÓCOLI (1)	FRUTA DEL TIEMPO	
	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	
	LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
COMIDA	PURÉ DE COLIFLOR Y COCO	HUMUS DE GARBANZO CON CRUDITÉS	ENSALADA PANZANELLA (1)	SOPA (1,3,6,10)	ENSALADA MIXTA CON ATÚN (4)
	ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE (1,7)	POLLO AL HORNO CON ROMERO Y LIMÓN	PASTA A LA CARBONARA (1,3,6,7,10)	ABADEJO REBOZADO (4)	PIZZA (1,7)
CENA	ARROZ HERVIDO	PURÉ DE PATATA	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR (7)	FRUTA DEL TIEMPO
	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO
	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
COMIDA	CREMA DE CALABAZA Y GARBANZOS	ENSALADA DE MANZANA	GUISO DE ALUBIAS	ENSALADA VERDE CON AGUACATE	<b>MENÚ DE NAVIDAD</b>
	PASTA AL PESTO ROJO (1,3,6,7,10)	HAMBURGUESA DE ATÚN (4)	POLLO CON SALSA DE PIMIENTA	TORTILLA DE PATATA (3)	
CENA	FRUTA DEL TIEMPO	PATATA CON CREMA AGRIA (7)	BULGUR (1)	ARROZ CON TOMATE	SOPA DE NAVIDAD (1,3)
	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	PAVO CON SALSA DE FRUTOS ROJOS
	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
COMIDA	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	<b>MENÚ DE NAVIDAD</b>
	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	
CENA	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	SOPA DE NAVIDAD (1,3)
	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	PAVO CON SALSA DE FRUTOS ROJOS
	LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES 31	JUEVES 31	VIERNES 31
COMIDA	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	<b>MENÚ DE NAVIDAD</b>
	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	
CENA	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	SOPA DE NAVIDAD (1,3)
	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	PAVO CON SALSA DE FRUTOS ROJOS
	LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
COMIDA	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	<b>MENÚ DE NAVIDAD</b>
	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	
CENA	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	SOPA DE NAVIDAD (1,3)
	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	PAVO CON SALSA DE FRUTOS ROJOS
	LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
COMIDA	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	<b>MENÚ DE NAVIDAD</b>
	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	
CENA	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	SOPA DE NAVIDAD (1,3)
	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	PAVO CON SALSA DE FRUTOS ROJOS
	LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
COMIDA	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	<b>MENÚ DE NAVIDAD</b>
	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	
CENA	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	SOPA DE NAVIDAD (1,3)
	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	PAVO CON SALSA DE FRUTOS ROJOS
	LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
COMIDA	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	<b>MENÚ DE NAVIDAD</b>
	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	
CENA	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	SOPA DE NAVIDAD (1,3)
	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	PAVO CON SALSA DE FRUTOS ROJOS



### INFORMACIÓN SOBRE NUESTROS MENÚS

- \* las comidas con pan y agua
- \*Las ensaladas están aliñadas con aceite de oliva virgen extra prensado en frío
- \*Nuestros yogures no contienen más de 12,3g de azúcar por 100g de producto
- \*Intentamos utilizar productos de temporada sobretodo cuando hablamos de fruta
- \*para la elaboración de estos menús se ha tenido en cuenta la normativa vigente del BOE ( decreto 39/2019, del 17 de mayo) sobre la promoción de la dieta mediterránea en los centros educativos y sanitarios de las Islas Baleares y el Documento Español de Consenso sobre la alimentación en los centros educativos.
- \*En caso de no poder comer cerdo por razones religiosas, se le dará otra opción de proteína.
- \*En caso de dieta astringente o blanda ( dolores de barriga, diarreas..) se dará al comensal sopa o puré de zanahoria o arroz con zanahoria de primero y carne blanca o pescado blanco hervido o a la plancha con patata o arroz hervido de segundo. Teniendo en cuenta el menú del día
- \*En caso de alergia alimentaria se adaptará el menú siempre que se presente un certificado médico al respecto**