

	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
COMIDA	ENSALADA CHINA (6) ARROZ TRES DELICIAS (3,6) ROLLITOS DE PRIMAVERA (1) FRUTA DEL TIEMPO	GUIISO DE LENTEJAS CON VERDURA (1) FINGERS DE POLLO PATATA PANADERA FRUTA DEL TIEMPO	GUACAMOLE CON CRUDITÉS MERLUZA AL HORNO (4) CUSCÚS CON BRÓCOLI (1) FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3) LASAÑA DE TERNERA (1,3,6,7) FRUTA DEL TIEMPO	
CENA	Puré de guisantes + Salmón a la plancha con coliflor fruta del tiempo	Tortilla de patata con guisantes y zanahoria fruta del tiempo	Ensalada + fajitas de pollo con verdura fruta del tiempo	Merluza al horno con patata y brócoli fruta del tiempo	
	LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
COMIDA	PURÉ DE COLIFLOR Y COCO ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE (1,7) ARROZ HERVIDO FRUTA DEL TIEMPO	HUMUS DE GARBANZO CON CRUDITÉS POLLO AL HORNO CON ROMERO Y LIMÓN PURÉ DE PATATA FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA PANZANELLA (1) PASTA A LA CARBONARA (1,3,6,7,10) FRUTA DEL TIEMPO	SOPA (1,3,6,10) ABADEJO REBOZADO (4) GUISANTES Y ZANAHORIA YOGUR (7)	ENSALADA MIXTA CON ATÚN (4) PIZZA (1,7) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Sopa + revuelto de huevo con judía verde fruta del tiempo	Dorada a la plancha con cuscús con calabaza fruta del tiempo	Aroz caldoso con zanahoria + pavo a la plancha fruta del tiempo	Quiche de espinacas con moniato asado fruta del tiempo	Salchichas con arroz y guacamole fruta del tiempo
	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
COMIDA	CREMA DE CALABAZA Y GARBANZOS PASTA AL PESTO ROJO (1,3,6,7,10) FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE MANZANA HAMBURGUESA DE ATÚN (4) PATATA CON CREMA AGRIA (7) FRUTA DEL TIEMPO	GUIISO DE ALUBIAS POLLO CON SALSA DE PIMIENTA BULGUR (1) FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON AGUACATE TORTILLA DE PATATA (3) ARROZ CON TOMATE FRUTA DEL TIEMPO	MENÚ DE NAVIDAD SOPA DE NAVIDAD (1,3) PAVO CON SALSA DE FRUTOS ROJOS PATATÓ CON VERDURAS MUSSE DE CHOCOLATE (7)
CENA	Sopa + rape con verduras fruta del tiempo	Huevos a la plancha con brócoli y arroz fruta del tiempo	Puré de calabacín + lomo con puré de patata fruta del tiempo	Pastel de coliflor y patata con carne picada fruta del tiempo	Ensalada + pizza casera fruta del tiempo
					



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**