



Centros de Educación Infantil

My First School 

www.escuelainfantiltrastes.es

Tlf: 881.981.905

MONTHLY MENU

Course 2017.2018

Captain menu: oct/nov/dec.



Pablo Carral Mosquera
Técnico Especialista de Dietética y Nutrición



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Sem.1			1 nov - festivo		
2 - 6 oct	Sopa de letras con verduritas	Crema de puerros (AL: 7) <i>(cebolla, puerro, patata, LECHE)</i>	Puchero de garbanzos y acelgas	Arroz con bonito y tomate	Crema campera <i>(cebolla, zanahoria, calabaza, tomate)</i>
30 oct-3 nov	AL: 1, 3, 7, 9		-	AL: 4, 14	
27 nov-1 dic	Merluza a la romana	Lomo en salsa con verduritas y patatas al horno	Lasaña clásica de atún	Hamburguesa de cerdo al horno con brécol al vapor y ajadita	Pollo asado con ensalada (lechuga y tomate)
26 - 29 dic	AL: 1, 3, 4	AL: 6, 14	AL: 1, 3, 4, 7.	AL: 1, 3, 7	AL: 14
	Yogur AL: 7	Fruta	Fruta	Fruta	Chocolatina AL: 7, 8
Sem.2			6 dic - festivo	12 oct - festivo	8 dic - festivo
9 - 13 oct	Espaguetis con tomate y verduritas	Lentejas con verduras y chorizo	Crema de zanahoria	Sopa a jardinera AL: 1, 3, 7, 9 <i>(pasta, verduras variadas)</i>	Fideuá con verduritas
6 - 10 nov	AL: 1, 3	AL: 7	-		AL: 1, 3
4 - 5 dic	Caldereta de ternera ecológica	Tortilla española con ensalada (lechuga, tomate, zanahoria)	Pescadilla a la romana con patatas panaderas	Milanesa de cerdo al horno con salsa de tomate y arroz	Bacalao a la romana con ensalada (lechuga y tomate)
2 - 5 ene/18	AL: 14	AL: 3	AL: 1, 3, 4	AL: 1, 3	AL: 1, 3, 4
	Fruta	Fruta	Petit-suisse AL: 7	Fruta	Fruta
Sem.3					
16 - 20 oct	Crema de calabacín	Sopa de espinacas y cuscús	Ensalada de espirales (AL: 1, 3, 4) <i>(PASTA, tomate, zanahoria, ATÚN)</i>	Fabada asturiana (AL: 7) <i>(verduras, alubias, patata, carne de cerdo)</i>	Judías con huevo cocido y patatas al horno AL: 3
13 - 17 nov	-	AL: 1, 3, 7, 9			
11 - 15 dic	Pizza artesana de tomate jamón y mozzarella	Pollo guisado con verduritas y patatas guisadas	Albóndigas (cerdo) de la abuela en salsa con arroz	Filete de merluza a la romana con ensalada (lechuga y tomate)	Filetitos de pollo en salsa con patatas al horno
	AL: 1, 3, 6, 7, 9	AL: 14	AL: 1, 3, 7, 14	AL: 1, 3, 4	AL: 14
	Fruta	Yogur AL: 7	Fruta	Fruta	Natillas caseras (AL-natilla: 7 / AL-galleta: 1, 6, 7, 13, 14)
Sem.4					
23 - 27 oct	Lentejas estofadas con vegetales	Macarrones con queso rallado	Sopa de verduras y estrellitas	Crema de verduras	Puchero de garbanzos y acelgas <i>(verdura, alubias, patata)</i>
20 - 24 nov	-	AL: 1, 3, 7	AL: 1, 3, 7, 9	-	
18 - 22 dic	Paella mixta de pescado, pollo y calamar	Pescadilla rebozada con ensalada (lechuga y tomate)	Jamón asado con verduritas y patatas guisadas	Tortilla española con ensalada de atún y tomate	Escalopines de cerdo con verduras al vapor
	AL: 4, 11, 14	AL: 1, 3, 4	AL: 14	AL: 3, 4	AL: 1, 3
	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur AL: 7	Fruta

En base al REGLAMENTO (UE) N o 1169/2011 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 25 de octubre de 2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor se informa que estos menús pueden contener: gluten, huevo, pescado, crustáceos, moluscos, leche y sus derivados, apio.