

SCHOOL MENU

SEPTIEMBRE/SEPTEMBER

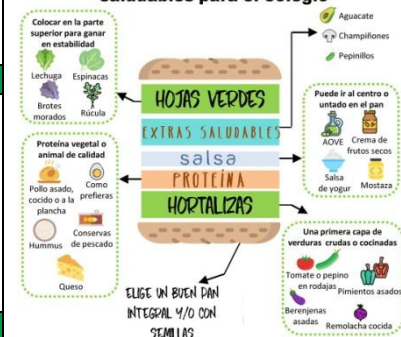
El Centro tiene disponible la información relativa a la presencia de alérgenos

LUNES/MONDAY 1	MARTES/TUESDAY 2	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 3	JUEVES/THURSDAY 4	VIERNES/FRIDAY 5
	Puré de verduras y huevo (puerro, patata, huevo, calabacín, judía verde y zanahoria) *Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de lentejas con verduras y arroz (lenteja, arroz, puerro, calabacín, calabaza y zanahoria) *Puré de verduras y pavo (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de verduras y pescado (patata, judía verde, zanahoria, calabaza y merluza) *Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur
LUNES/MONDAY 8	MARTES/TUESDAY 9	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 10	JUEVES/THURSDAY 11	VIERNES/FRIDAY 12
Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de verduras y huevo (puerro, patata, huevo, calabacín, judía verde y zanahoria) *Puré de verduras y pavo (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y pescado (patata, zanahoria, puerro, calabacín y lenguado) *Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de garbanzos con verduras (puerro, zanahoria, calabacín, judía verde y garbanzo) *Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur
LUNES/MONDAY 15	MARTES/TUESDAY 16	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 17	JUEVES/THURSDAY 18	VIERNES/FRIDAY 19
Puré de verduras y pescado (patata, judía verde, zanahoria, calabaza y merluza) *Puré de verduras y pavo (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de lentejas con verduras y arroz (lenteja, arroz, puerro, calabacín, calabaza y zanahoria) *Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y huevo (puerro, patata, huevo, calabacín, judía verde y zanahoria) *Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de verduras y pavo (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur
LUNES/MONDAY 22	MARTES/TUESDAY 23	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 24	JUEVES/THURSDAY 25	VIERNES/FRIDAY 26
Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y pescado (patata, zanahoria, puerro, calabacín y lenguado) *Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de garbanzos con verduras (puerro, zanahoria, calabacín, judía verde y garbanzo) *Puré de verduras y pavo (pavo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur	Puré de verduras y huevo (puerro, patata, huevo, calabacín, judía verde y zanahoria) *Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur
LUNES/MONDAY 29	MARTES/TUESDAY 30			
Puré de verduras y pescado (patata, judía verde, zanahoria, calabaza y merluza) *Puré de verduras y pollo (pollo, puerro, zanahoria, judía verde y tomate) Yogur	Puré de verduras y ternera (puerro, zanahoria, patata, calabacín, judía verde, guisante y ternera) Yogur			

*En las sugerencias para las cenas, VERDURA incluye verduras cocinadas u hortalizas crudas

CONSEJO SALUDABLE

PREPARA 1000 BOCADILLOS saludables para el colegio



Pirámide de los



http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/subseccion/piramide_NAOS.htm