

# Menú SIN HUEVO LACTEO LACTOSA FRUTOS SECOS LECHE DE SOJA MELOCOTON FRESA 1º TRIMESTRE 2022-2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>05 sep 03 oct 31 oct 28 nov 26 dic</p> <p>LENTEJAS COMPUESTAS (SJD)</p> <p>MACARRONES SIN GLUTEN CON SALSA TOMATE NATURAL Y PAVO</p> <p>FRUTA NATURAL</p>	<p>06 sep 04 oct 01 nov 29 nov 27 dic</p> <p>CREMA DE ZANAHORIAS</p> <p>LOMO ASADO EN SU JUGO</p> <p>ARROZ VEGETAL</p> <p>COMPOTA DE FRUTAS</p>	<p>07 sep 05 oct 02 nov 30 nov 28 dic</p> <p>POTAJE DE BERROS CON GARBANZOS</p> <p>ROLLITOS DE PRIMAVERA VEGETAL</p> <p>ENSALADA VARIADA</p> <p>FRUTA NATURAL</p>	<p>08 sep 06 oct 03 nov 01 dic 29 dic</p> <p>CREMA DE TEMPORADA AROMATIZADA AL CURRY</p> <p>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</p> <p>PAPAS AL AJILLO</p> <p>COMPOTA DE FRUTAS</p>	<p>09 sep 07 oct 04 nov 02 dic 30 dic</p> <p>FIDEOS SOPA SIN GLUTEN</p> <p>FILETE DE PESCADO AL MOJO VERDE</p> <p>PAPAS GUIADAS</p> <p>FRUTA NATURAL</p>
<p>12 sep 10 oct 07 nov 05 dic 2 ene</p> <p>CREMA DE BUBANGOS</p> <p>ALBÓNDIGAS MIXTAS EN SALSA</p> <p>ARROZ BLANCO</p> <p>FRUTA NATURAL</p>	<p>13 sep 11 oct 08 nov 06 dic 3 ene</p> <p>POTAJE DE GARBANZOS</p> <p>MACARRONES SIN GLUTEN CON SALSA TOMATE NATURAL Y PAVO</p> <p>COMPOTA DE FRUTAS</p>	<p>14 sep 12 oct 09 nov 07 dic 4 ene</p> <p>FIDEOS SOPA SIN GLUTEN</p> <p>FOGONERO AL HORNO</p> <p>PAPAS GUIADAS</p> <p>FRUTA NATURAL</p>	<p>15 sep 13 oct 10 nov 08 dic 5 ene</p> <p>POTAJE DE JUDIAS BLANCAS</p> <p>SOLOMILLO POLLO ASADO</p> <p>ENSALADA MEDITERRÁNEA SIN HUEVO</p> <p>COMPOTA DE FRUTAS</p>	<p>16 sep 14 oct 11 nov 09 dic 6 ene</p> <p>CREMA CUATRO ESTACIONES</p> <p>PIZZA DE LA CASA - SIN QUESO</p> <p>FRUTA NATURAL</p>
<p>19 sep 17 oct 14 nov 12 dic</p> <p>CREMA CANARIA</p> <p>CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO</p> <p>PAPAS AL AJILLO</p> <p>FRUTA NATURAL</p>	<p>20 sep 18 oct 15 nov 13 dic</p> <p>FIDEOS SOPA SIN GLUTEN</p> <p>LOMO A LA PLANCHA</p> <p>ENSALADA VARIADA</p> <p>COMPOTA DE FRUTAS</p>	<p>21 sep 19 oct 16 nov 14 dic</p> <p>CREMA DE ACELGAS</p> <p>ARROZ CON CARNE Y GUIANTES</p> <p>FRUTA NATURAL</p>	<p>22 sep 20 oct 17 nov 15 dic</p> <p>POTAJE DE BERROS</p> <p>MACARRONES SIN GLUTEN CON VERDURAS</p> <p>COMPOTA DE FRUTAS</p>	<p>23 sep 21 oct 18 nov 16 dic</p> <p>CREMA REINA</p> <p>FOGONERO EN SALSA</p> <p>PAPAS GUIADAS</p> <p>FRUTA NATURAL</p>
<p>26 sep 24 oct 21 nov 19 dic</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA</p> <p>LOMO ASADO</p> <p>ENSALADA CANARIA</p> <p>FRUTA NATURAL</p>	<p>27 sep 25 oct 22 nov 20 dic</p> <p>FIDEOS SOPA SIN GLUTEN</p> <p>POLLO ASADO EN SALSA TERIYAKI</p> <p>PAPAS PANADERAS</p> <p>COMPOTA DE FRUTAS</p>	<p>28 sep 26 oct 23 nov 21 dic</p> <p>POTAJE DE LENTEJAS</p> <p>MACARRONES SIN GLUTEN CON SALSA TOMATE NATURAL Y ATÚN</p> <p>FRUTA NATURAL</p>	<p>29 sep 27 oct 24 nov 22 dic</p> <p>CREMA DE ESPINACAS</p> <p>FILETE DE PESCADO AL MOJO VERDE</p> <p>PAPAS GUIADAS</p> <p>COMPOTA DE FRUTAS</p>	<p>30 sep 28 oct 25 nov 23 dic</p> <p>POTAJE DE HABICHUELAS</p> <p>PAELLA MIXTA (POLLO-CERDO)</p> <p>FRUTA NATURAL</p>

- Todos los menús incluyen agua - BARRA DE 30 GRS

**AQUÍ SE  
COCINA  
100% CON  
ACEITE  
DE OLIVA**

[aprendeacomersano.org](http://aprendeacomersano.org)

**STOP FOOD WASTE**  
Program 

**skoolarest**

**ICONVIÉRTETE  
EN SU GUARDIÁN!**

**FISH  
REVOLUTION**

**SABOREANDO  
LOS  
MARES**

**Grow FOOD  
BANKS**

 