

Menú línea fría Toledo. Noviembre 2022

Sin Cerdo - - CEIP San Antonio (Yeles)

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
	1		2		3		4		5
			Lentejas guisadas con Arroz		Arroz Caldoso de Verduras		Espirales con Salsa de Tomate y Queso Rallado		Jureles al Horno Encebollados
			Varitas de Merluza		Tortilla de Patatas con Cebolla		Ensalada de Lechuga y Maíz		Pan Blanco (30 g.)
			Ensalada de Lechuga y Zanahoria		Ensalada de Lechuga y Tomate		Fruta Temporada		Fruta Temporada
			Pan Blanco (30 g.)		Pan Blanco (30 g.)		Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta		Cena: Verdura + Ave + Lácteo o Fruta
			Yogur de sabor		Fruta Temporada				
			Cena: Pasta + Pescado + Fruta						
7	Sopa de Picadillo	8	Crema Hortelana	9	Potaje de Lentejas con Calabaza	10	Crema de Champiñones	11	Lacitos con Salsa de Tomate y Orégano
	Garbanzos Estofados		Arroz con Pollo al Horno y Salsa de Tomate		Tortilla Francesa		Albóndigas de Merluza con Tomate		Salmón al Horno en Salsa
					Ensalada de Lechuga y Tomate		Zanahorias al Vapor		Ensalada de Lechuga y Zanahoria
	Pan Blanco (30 g.)		Pan Blanco (30 g.)		Pan Blanco (30 g.)		Pan Blanco (30 g.)		Pan Blanco (30 g.)
	Fruta Temporada		Fruta Temporada		Yogur de sabor		Fruta Temporada		Fruta Temporada
	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta		Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta		Cena: Arroz + Carne + Fruta		Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta		Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta
14	Judías Verdes Rehogadas	15	Coditos con Salsa de Tomate y Queso Rallado	16	Puchero	17	Crema de Verduras	18	
	Marmitako de Atún Guisado		Tortilla de Patatas con Calabacín		Anillas de Calamar Rebozadas		Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias		
							Arroz Pilaf Salteado		
	Pan Blanco (30 g.)		Tomate Natural		Ensalada de Lechuga y Zanahoria		Pan Blanco (30 g.)		
	Fruta Temporada		Pan Blanco (30 g.)		Pan Blanco (30 g.)		Fruta Temporada		
	Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta		Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta		Yogur de sabor		Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta		
21	Arroz al Vapor con Salsa de Tomate	22	Crema de Calabacín	23	Cazuela de Fideos con Choco	24	Sopa de Picadillo	25	Lentejas con Verduras Cocidas
	Tortilla Francesa		Espaguetis Boloñesa		Salchicha Frankfurt		Garbanzos Estofados		Bacalao al Horno a la Riojana
	Ensalada de Lechuga y Zanahoria				Ensalada de Lechuga y Tomate				Ensalada de Lechuga y Maíz
	Pan Blanco (30 g.)		Pan Blanco (30 g.)		Pan Blanco (30 g.)		Pan Blanco (30 g.)		Pan Blanco (30 g.)
	Fruta Temporada		Fruta Temporada		Yogur de sabor		Fruta Temporada		Fruta Temporada
	Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta		Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta		Cena: Arroz + Ave + Fruta		Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta		Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
28	Potaje de Alubias Blancas con Calabacín	29	Crema Hortelana	30	Lentejas Guisadas con Pollo				
	Tortilla de Patatas con Cebolla		Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria		Tortilla Francesa de Atún				
	Ensalada de Lechuga y Tomate				Ensalada de Lechuga y Maíz				
	Pan Blanco (30 g.)		Pan Blanco (30 g.)		Pan Blanco (30 g.)				
	Fruta Temporada		Fruta Temporada		Yogur de sabor				
	Cena: Arroz + Ave + Lácteo o Fruta		Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta		Cena: Pasta + Pescado + Fruta				

mediterránea

Menú línea fría Toledo. Noviembre 2022

Sin Lentejas - - CEIP San Antonio (Yeles)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
		Crema de Zanahoria	Arroz Caldoso de Verduras	Espirales con Salsa de Tomate y Queso Rallado
		Varitas de Merluza	Tortilla de Patatas con Cebolla	Jureles al Horno Encebollados
		Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Ensalada de Lechuga y Tomate	Ensalada de Lechuga y Maíz
		Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)
		Yogur de sabor	Fruta Temporada	Fruta Temporada
		Cena: Pasta + Pescado + Fruta	Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta	Cena: Verdura + Ave + Lácteo o Fruta
7	8	9	10	11
Sopa de Picadillo	Crema Hortelana	Cazuela de Fideos con Choco	Patatas a la Riojana	Lacitos con Salsa de Tomate y Orégano
Garbanzos con Chorizo	Arroz con Pollo al Horno y Salsa de Tomate	Tortilla Francesa	Albóndigas de Cerdo al Horno con Salsa de Tomate	Salmón al Horno en Salsa
		Ensalada de Lechuga y Tomate	Zanahorias al Vapor	Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)
Fruta Temporada	Fruta Temporada	Yogur de sabor	Fruta Temporada	Fruta Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo o Fruta	Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	Cena: Arroz + Carne + Fruta	Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta	Cena: Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta
14	15	16	17	18
Judías Verdes Rehogadas	Coditos con Salsa de Tomate y Queso Rallado	Puchero	Crema de Verduras	
Marmitako de Atún Guisado	Tortilla de Patatas con Calabacín	Anillas de Calamar Rebozadas	Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias	
	Tomate Natural	Ensalada de Lechuga y Zanahoria	Arroz Pilaf Salteado	
Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)	
Fruta Temporada	Fruta Temporada	Yogur de sabor	Fruta Temporada	
Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta	Cena: Pasta + Huevo + Fruta	Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	
21	22	23	24	25
Arroz al Vapor con Salsa de Tomate	Crema de Calabacín	Patatas Guisadas con Chorizo	Sopa de Picadillo	Espirales con Calabaza y Puerro
Tortilla Francesa	Espaguetis Boloñesa	Salchicha Frankfurt	Garbanzos Estofados	Bacalao al Horno a la Riojana
Ensalada de Lechuga y Zanahoria		Ensalada de Lechuga y Tomate		Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)
Fruta Temporada	Fruta Temporada	Yogur de sabor	Fruta Temporada	Fruta Temporada
Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta	Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	Cena: Arroz + Ave + Fruta	Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta	Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta
28	29	30		
Potaje de Alubias Blancas con Calabacín	Crema Hortelana	Patatas Guisadas con Pollo		
Tortilla de Patatas con Cebolla	Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria	Tortilla Francesa de Atún		
Ensalada de Lechuga y Tomate		Ensalada de Lechuga y Maíz		
Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)	Pan Blanco (30 g.)		
Fruta Temporada	Fruta Temporada	Yogur de sabor		
Cena: Arroz + Ave + Lácteo o Fruta	Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	Cena: Pasta + Pescado + Fruta		

mediterránea