CEIP SANTIAGO PANIEGO – SEPTIEMBRE 2023

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
11	**12**	**13 - Día Internacional del Chocolate**	**14**	**15**
Macarrones con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, sal) al orégano (1,3,6,10) Figuritas de pescado con ens. De maíz y zanahoria rallada (1,3,4) Fruta y **leche (7)**	Judías verdes rehogadas con ajito Salchichas de pavo con tomate y patatas dado (6,12) Fruta de temporada	Garbanzos **ECO** guisados (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac.oliva) (12) Tortilla francesa de atún claro con Lechuga (3,4) Fruta de temporada y pan integral	Crema de calabaza y zanahoria (12) (calabaza, zanahoria, patata, aceite de oliva y sal) Filete de pollo a las finas hierbas c/patata panadera (12) Fruta de temporada	Arroz Tres Delicias (salteado con zanahoria, maíz, guisantes) Fil. de platija empanada con ensalada de lechuga, tomate en gajos y maíz (1,4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
kcal 658 Líp 18,7 Prot 32,9 HdC 90	kcal 576 Líp 14,0 Prot 32,1 HdC 55	kcal 596 Líp 18,0 Prot 24,1 HdC 84	kcal 649 Líp 23,3 Prot 37,0 HdC 98	kcal 561 Líp 20,4 Prot 41,6 HdC 53
18	**19 - Día Mundial del Aperitivo**	**20 - JORNADA GASTRONÓMICA VALENCIANA**	**21 - Día Internacional de la Paz**	**22 - ¡Bienvenido Otoño!**
Lentejas **ECO** a la hortelana (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Revuelto (huevo) de queso c/ens. Lechuga y maíz aliñada con aceite de oliva (3,7) Fruta y **leche (7)**	Puré de calabacín y puerro (12) (patata, aceite de oliva y sal) Albóndigas de ternera en salsa (pim. Verde y rojo, tomate, cebolla, ajo) con patatitas (1,6,12) Fruta de temporada	Paella vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) Fil. caballa al horno con ensalada de lechuga y tomate aliñada con AOVE (4) Fruta de temporada y pan integral	Guisantes rehogados con cebollita Pollo al ajillo (guisado con ajitos y perejil) con puré de patata (7,12) Fruta de temporada	Sopa de picadillo casera (fideos **ECO** (codillo, jamón, gallina, huesos espinazo) (1,3,6,10) Lomitos de rape a la andaluza c/gajos de tomate aliñados con AOVE (1,4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
kcal 560 Líp 26,5 Prot 23,6 HdC 57	kcal 650 Líp 20,8 Prot 23,9 HdC 92	kcal 624 Líp 25,6 Prot 23,1 HdC 100	kcal 605 Líp 27,4 Prot 28,3 HdC 61	kcal 530 Líp 14,2 Prot 45,0 HdC 55
25	**26 - Día Mundial de la Salud Ambiental**	**27**	**28 - Día Marítimo Mundial**	**29 - Día Mundial del Corazón**
Patatas guisadas c/verduras (12) (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) Lomo de Sajonia al horno con ensalada de lechuga y maíz (aliñada con AOVE) Fruta y **leche (7)**	Judías blancas estofadas a la campesina (cebolla, zanahoria, pimiento verde, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Croquetas de bacalao c/gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (1,3,4,6,7,9,14) Fruta de temporada	Brócoli rehogado con ajitos y ac. de oliva Tortilla española (patata, cebolla, huevo) con ens. de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos **ECO**) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Coditos napolitana (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, albahaca) (1,3,6,10) Fil. de merluza a la marinera (cebolla, ajo, perejil, pimentón) con zanahorias baby salteadas (4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
kcal 534 Líp 19,0 Prot 22,7 HdC 68	kcal 686 Líp 14,4 Prot 38,3 HdC 101	kcal 680 Líp 24,9 Prot 21,9 HdC 92	kcal 517 Líp 19,8 Prot 13,2 HdC 71	kcal 685 Líp 27,9 Prot 31,6 HdC 102

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

grupo_servicatering

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

CEIP SANTIAGO PANIEGO – SEPTIEMBRE 2023

Menú sin leche de cabra, leche de oveja ni salchichas

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
11	**12**	**13 - Día Internacional del Chocolate**	**14**	**15**
Macarrones con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, sal) al orégano (1,3,6,10) Figuritas de pescado con ens. De maíz y zanahoria rallada (1,3,4) Fruta y **leche (7)**	Judías verdes rehogadas con ajito Lacón al horno con patatas dado (12) Fruta de temporada	Garbanzos **ECO** guisados (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac.oliva) (12) Tortilla francesa de atún claro con Lechuga (3,4) Fruta de temporada y pan integral	Crema de calabaza y zanahoria (12) (calabaza, zanahoria, patata, aceite de oliva y sal) Filete de pollo a las finas hierbas c/patata panadera (12) Fruta de temporada	Arroz Tres Delicias (salteado con zanahoria, maíz, guisantes) Fil. de platija empanada con ensalada de lechuga, tomate en gajos y maíz (1,4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
18	**19 - Día Mundial del Aperitivo**	**20 - JORNADA GASTRONÓMICA VALENCIANA**	**21 - Día Internacional de la Paz**	**22 - ¡Bienvenido Otoño!**
Lentejas **ECO** a la hortelana (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Revuelto (huevo) de queso c/ens. Lechuga y maíz aliñada con aceite de oliva (3,7) Fruta y **leche (7)**	Puré de calabacín y puerro (12) (patata, aceite de oliva y sal) Albóndigas de ternera en salsa (pim. Verde y rojo, tomate, cebolla, ajo) con patatitas (1,6,12) Fruta de temporada	Paella vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) Fil. caballa al horno con ensalada de lechuga y tomate aliñada con AOVE (4) Fruta de temporada y pan integral	Guisantes rehogados con cebollita Pollo al ajillo (guisado con ajitos y perejil) con puré de patata (7,12) Fruta de temporada	Sopa de picadillo casera (fideos **ECO** (codillo, jamón, gallina, huesos espinazo) (1,3,6,10) Lomitos de rape a la andaluza c/gajos de tomate aliñados con AOVE (1,4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
25	**26 - Día Mundial de la Salud Ambiental**	**27**	**28 - Día Marítimo Mundial**	**29 - Día Mundial del Corazón**
Patatas guisadas c/verduras (12) (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) Lomo de Sajonia al horno con ensalada de lechuga y maíz (aliñada con AOVE) Fruta y **leche (7)**	Judías blancas estofadas a la campesina (cebolla, zanahoria, pimiento verde, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Croquetas de bacalao c/gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (1,3,4,6,7,9,14) Fruta de temporada	Brócoli rehogado con ajitos y ac. de oliva Tortilla española (patata, cebolla, huevo) con ens. de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos **ECO**) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Coditos napolitana (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, albahaca) (1,3,6,10) Fil. de merluza a la marinera (cebolla, ajo, perejil, pimentón) con zanahorias baby salteadas (4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

grupo_servicatering

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

CEIP SANTIAGO PANIEGO – SEPTIEMBRE 2023

Menú sin gluten

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
11	**12**	**13 - Día Internacional del Chocolate**	**14**	**15**
Pasta esp.sin alergenos con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, sal) al orégano Merluza al horno con ens. De maíz y zanahoria rallada (4) Fruta y **leche (7)**	Judías verdes rehogadas con ajito Salchichas de pavo con tomate y patatas dado (6,12) Fruta de temporada	Garbanzos **ECO** guisados (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac.oliva) (12) Tortilla francesa de atún claro con Lechuga (3,4) Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) (calabaza, zanahoria, patata, aceite de oliva y sal) Filete de pollo a las finas hierbas c/patata panadera (12) Fruta de temporada	Arroz Tres Delicias (salteado con zanahoria, maíz, guisantes) Fil.pescado empanado con ensalada de lechuga, tomate en gajos y maíz (harina de maíz,4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
18	**19 - Día Mundial del Aperitivo**	**20 - JORNADA GASTRONÓMICA VALENCIANA**	**21 - Día Internacional de la Paz**	**22 - ¡Bienvenido Otoño!**
Lentejas **ECO** a la hortelana (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Revuelto (huevo) de queso c/ens. Lechuga y maíz aliñada con aceite de oliva (3,7) Fruta y **leche (7)**	Puré de calabacín y puerro (12) (patata, aceite de oliva y sal) Albóndigas de ternera esp.sin alergenos en salsa (pim. Verde y rojo, tomate, cebolla, ajo) con patatitas (12) Fruta de temporada	Paella vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) Fil. caballa al horno con ensalada de lechuga y tomate aliñada con AOVE (4) Fruta de temporada	Guisantes rehogados con cebollita Pollo al ajillo (guisado con ajitos y perejil) con puré de patata (7,12) Fruta de temporada	Sopa de picadillo casera (fideos sin alergenos (codillo, jamón, gallina, huesos espinazo) Lomitos de rape a la andaluza c/gajos de tomate aliñados con AOVE (harina de maíz,4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
25	**26 - Día Mundial de la Salud Ambiental**	**27**	**28 - Día Marítimo Mundial**	**29 - Día Mundial del Corazón**
Patatas guisadas c/verduras (12) (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) Lomo de Sajonia al horno con ensalada de lechuga y maíz (aliñada con AOVE) Fruta y **leche (7)**	Judías blancas estofadas a la campesina (cebolla, zanahoria, pimiento verde, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Bacalao al horno c/gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta de temporada	Brócoli rehogado con ajitos y ac. de oliva Tortilla española (patata, cebolla, huevo) con ens. de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Pasta esp.sin alergenos napolitana (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, albahaca) Fil. de merluza a la marinera (cebolla, ajo, perejil, pimentón) con zanahorias baby salteadas (4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

grupo_servicatering

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

CEIP SANTIAGO PANIEGO – SEPTIEMBRE 2023

Menú sin proteína de la leche

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
11	**12**	**13 - Día Internacional del Chocolate**	**14**	**15**
Macarrones con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, sal) al orégano (1,3,6,10) Figuritas de pescado con ens. De maíz y zanahoria rallada (1,3,4) Fruta y **bebida de soja (6)**	Judías verdes rehogadas con ajito Salchichas de pavo con tomate y patatas dado (6,12) Fruta de temporada	Garbanzos **ECO** guisados (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac.oliva) (12) Tortilla francesa de atún claro con Lechuga (3,4) Fruta de temporada y pan integral	Crema de calabaza y zanahoria (12) (calabaza, zanahoria, patata, aceite de oliva y sal) Filete de pollo a las finas hierbas c/patata panadera (12) Fruta de temporada	Arroz Tres Delicias (salteado con zanahoria, maíz, guisantes) Fil. de platija empanada con ensalada de lechuga, tomate en gajos y maíz (1,4) Fruta de temporada Y Postre **de soja (6)**
18	**19 - Día Mundial del Aperitivo**	**20 - JORNADA GASTRONÓMICA VALENCIANA**	**21 - Día Internacional de la Paz**	**22 - ¡Bienvenido Otoño!**
Lentejas **ECO** a la hortelana (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Revuelto (huevo) c/ens. Lechuga y maíz aliñada con aceite de oliva (3) Fruta y **bebida de soja (6)**	Puré de calabacín y puerro (12) (patata, aceite de oliva y sal) Albóndigas de ternera en salsa (pim. Verde y rojo, tomate, cebolla, ajo) con patatitas (1,6,12) Fruta de temporada	Paella vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) Fil. caballa al horno con ensalada de lechuga y tomate aliñada con AOVE (4) Fruta de temporada y pan integral	Guisantes rehogados con cebollita Pollo al ajillo (guisado con ajitos y perejil) con puré de patata casero (sin leche, nata o quesito, 12) Fruta de temporada	Sopa de picadillo casera (fideos **ECO** (codillo, jamón, gallina, huesos espinazo) (1,3,6,10) Lomitos de rape a la andaluza c/gajos de tomate aliñados con AOVE (1,4) Fruta de temporada Y Postre **de soja (6)**
25	**26 - Día Mundial de la Salud Ambiental**	**27**	**28 - Día Marítimo Mundial**	**29 - Día Mundial del Corazón**
Patatas guisadas c/verduras (12) (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) Lomo de Sajonia al horno con ensalada de lechuga y maíz (aliñada con AOVE) Fruta y **bebida de soja (6)**	Judías blancas estofadas a la campesina (cebolla, zanahoria, pimiento verde, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Bacalao al horno c/gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta de temporada	Brócoli rehogado con ajitos y ac. de oliva Tortilla española (patata, cebolla, huevo) con ens. de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos **ECO**) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Coditos napolitana (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, albahaca) (1,3,6,10) Fil. de merluza a la marinera (cebolla, ajo, perejil, pimentón) con zanahorias baby salteadas (4) Fruta de temporada Y Postre **de soja (6)**

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

grupo_servicatering

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

CEIP SANTIAGO PANIEGO – SEPTIEMBRE 2023

Menú sin carne

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
11	**12**	**13 - Día Internacional del Chocolate**	**14**	**15**
Macarrones con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, sal) al orégano (1,3,6,10) Figuritas de pescado con ens. De maíz y zanahoria rallada (1,3,4) Fruta y **leche (7)**	Judías verdes rehogadas con ajito Bacalao con tomate y patatas dado (4,12) Fruta de temporada	Garbanzos **ECO** guisados (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac.oliva) (12) Tortilla francesa de atún claro con Lechuga (3,4) Fruta de temporada y pan integral	Crema de calabaza y zanahoria (12) (calabaza, zanahoria, patata, aceite de oliva y sal) Filete de merluza a las finas hierbas c/patata panadera (4,12) Fruta de temporada	Arroz Tres Delicias (salteado con zanahoria, maíz, guisantes) Fil. de platija empanada con ensalada de lechuga, tomate en gajos y maíz (1,4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
18	**19 - Día Mundial del Aperitivo**	**20 - JORNADA GASTRONÓMICA VALENCIANA**	**21 - Día Internacional de la Paz**	**22 - ¡Bienvenido Otoño!**
Lentejas **ECO** a la hortelana (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) Revuelto (huevo) de queso c/ens. Lechuga y maíz aliñada con aceite de oliva (3,7) Fruta y **leche (7)**	Puré de calabacín y puerro (12) (patata, aceite de oliva y sal) Merluza en salsa (pim. Verde y rojo, tomate, cebolla, ajo) con patatitas (4,12) Fruta de temporada	Paella vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) Fil. caballa al horno con ensalada de lechuga y tomate aliñada con AOVE (4) Fruta de temporada y pan integral	Guisantes rehogados con cebollita Bacalao al ajillo (guisado con ajitos y perejil) con puré de patata (4,7,12) Fruta de temporada	Sopa de fideos **ECO** (1,3,6,10) Lomitos de rape a la andaluza c/gajos de tomate aliñados con AOVE (1,4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
25	**26 - Día Mundial de la Salud Ambiental**	**27**	**28 - Día Marítimo Mundial**	**29 - Día Mundial del Corazón**
Patatas guisadas c/verduras (12) (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) Caballa al horno con ensalada de lechuga y maíz (4) Fruta y **leche (7)**	Judías blancas estofadas a la campesina (cebolla, zanahoria, pimiento verde, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12) Croquetas de bacalao c/gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (1,3,4,6,7,9,14) Fruta de temporada	Brócoli rehogado con ajitos y ac. de oliva Tortilla española (patata, cebolla, huevo) con ens. de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de caldo de verduras con fideos **ECO** (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos **ECO**, repollo, zanahoria (12) Fruta de temporada	Coditos napolitana (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, albahaca) (1,3,6,10) Fil. de merluza a la marinera (cebolla, ajo, perejil, pimentón) con zanahorias baby salteadas (4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

grupo_servicatering

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

CEIP SANTIAGO PANIEGO – SEPTIEMBRE 2023

Menú sin legumbre

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
11	**12**	**13 - Día Internacional del Chocolate**	**14**	**15**
Pasta esp.sin alergenos con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, sal) al orégano Figuritas de pescado con ens. De maíz y zanahoria rallada (1,3,4) Fruta y **leche (7)**	Puré de verduras naturales sin legumbre Salchichas de pavo (esp.sin alergenos) con tomate y patatas dado (12) Fruta de temporada	Sopa de fideos esp.sin alergenos Tortilla francesa de atún claro con Lechuga (3,4) Fruta de temporada y pan integral	Crema de calabaza y zanahoria (12) (calabaza, zanahoria, patata, aceite de oliva y sal) Filete de pollo a las finas hierbas c/patata panadera (12) Fruta de temporada	Arroz Dos Delicias (zanahoria, maíz) Fil. de platija empanada con ensalada de lechuga, tomate en gajos y maíz (1,4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
18	**19 - Día Mundial del Aperitivo**	**20 - JORNADA GASTRONÓMICA VALENCIANA**	**21 - Día Internacional de la Paz**	**22 - ¡Bienvenido Otoño!**
Pasta esp.sin alergenos salteada con ajito y perejil Revuelto (huevo) de queso c/ens. Lechuga y maíz aliñada con aceite de oliva (3,7) Fruta y **leche (7)**	Puré de calabacín y puerro (12) (patata, aceite de oliva y sal) Albóndigas de ternera esp.sin alergenos en salsa (pim. Verde y rojo, tomate, cebolla, ajo) con patatitas (12) Fruta de temporada	Paella vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) Fil. caballa al horno con ensalada de lechuga y tomate aliñada con AOVE (4) Fruta de temporada y pan integral	Puré de patata (7,12) Pollo al ajillo (guisado con ajitos y perejil) con ensalada Fruta de temporada	Sopa de picadillo casera (fideos esp.sin alergenos (codillo, jamón, gallina, huesos espinazo) Lomitos de rape a la andaluza c/gajos de tomate aliñados con AOVE (1,4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
25	**26 - Día Mundial de la Salud Ambiental**	**27**	**28 - Día Marítimo Mundial**	**29 - Día Mundial del Corazón**
Patatas guisadas c/verduras (12) (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) Lomo de Sajonia al horno con ensalada de lechuga y maíz (aliñada con AOVE) Fruta y **leche (7)**	Arroz blanco con zanahorias Bacalao al horno c/gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta de temporada	Brócoli rehogado con ajitos y ac. de oliva Tortilla española (patata, cebolla, huevo) con ens. de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos) Complemento del cocido: repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Pasta esp.sin alergenos napolitana (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, albahaca) Fil. de merluza a la marinera (cebolla, ajo, perejil, pimentón) con zanahorias baby salteadas (4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

grupo_servicatering

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP

CEIP SANTIAGO PANIEGO – SEPTIEMBRE 2023

Menú sin gluten ni legumbre

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
11	**12**	**13 - Día Internacional del Chocolate**	**14**	**15**
Pasta esp.sin alergenos con tomate frito casero (tomate, cebolla, ajo, sal) al orégano Merluza al horno con ens. De maíz y zanahoria rallada (4) Fruta y **leche (7)**	Puré de verduras naturales sin legumbre Salchichas de pavo (esp.sin alergenos) con tomate y patatas dado (12) Fruta de temporada	Sopa de fideos esp.sin alergenos Tortilla francesa de atún claro con Lechuga (3,4) Fruta de temporada y pan integral	Crema de calabaza y zanahoria (12) (calabaza, zanahoria, patata, aceite de oliva y sal) Filete de pollo a las finas hierbas c/patata panadera (12) Fruta de temporada	Arroz Dos Delicias (zanahoria, maíz) Fil.pescado empanado con ensalada de lechuga, tomate en gajos y maíz (harina de maíz,4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
18	**19 - Día Mundial del Aperitivo**	**20 - JORNADA GASTRONÓMICA VALENCIANA**	**21 - Día Internacional de la Paz**	**22 - ¡Bienvenido Otoño!**
Pasta esp.sin alergenos salteada con ajito y perejil Revuelto (huevo) de queso c/ens. Lechuga y maíz aliñada con aceite de oliva (3,7) Fruta y **leche (7)**	Puré de calabacín y puerro (12) (patata, aceite de oliva y sal) Albóndigas de ternera esp.sin alergenos en salsa (pim. Verde y rojo, tomate, cebolla, ajo) con patatitas (12) Fruta de temporada	Paella vegetal (zanahoria, pimiento verde y rojo, cebolla) Fil. caballa al horno con ensalada de lechuga y tomate aliñada con AOVE (4) Fruta de temporada y pan integral	Puré de patata (7,12) Pollo al ajillo (guisado con ajitos y perejil) con ensalada Fruta de temporada	Sopa de picadillo casera (fideos esp.sin alergenos (codillo, jamón, gallina, huesos espinazo) Lomitos de rape a la andaluza c/gajos de tomate aliñados con AOVE (harina de maíz,4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**
25	**26 - Día Mundial de la Salud Ambiental**	**27**	**28 - Día Marítimo Mundial**	**29 - Día Mundial del Corazón**
Patatas guisadas c/verduras (12) (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate natural, pimentón dulce, ajo, laurel) Lomo de Sajonia al horno con ensalada de lechuga y maíz (aliñada con AOVE) Fruta y **leche (7)**	Arroz blanco con zanahorias Bacalao al horno c/gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (4) Fruta de temporada	Brócoli rehogado con ajitos y ac. de oliva Tortilla española (patata, cebolla, huevo) con ens. de lechuga y zanahoria rallada (3,12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos esp.sin alergenos) Complemento del cocido: repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Pasta esp.sin alergenos napolitana (salsa de tomate casera, cebolla, ajo, albahaca) Fil. de merluza a la marinera (cebolla, ajo, perejil, pimentón) con zanahorias baby salteadas (4) Fruta de temporada Y Postre **lácteo (7)**

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas…

grupo_servicatering

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

Ingredientes ecológicos · Pescados sostenibles · Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA · Productos integrales · GASTRONOMÍA LOCAL · Productos con DOP