

LUNES LUNDI

MARTES MARDI

MIÉRCOLES MERCREDI

JUEVES JEUDI

VIERNES VENDREDI

5

Arroz con tomate/
Riz à la tomate
Ensalada de arroz/
Salade de riz
Lomo en salsa con ensalada/
Porc avec salade
Fruta variada/*fruits variés*

12

Lentejas con verduras/
Lentilles avec légumes
Ensalada de lentejas/
Salade de lentilles
Lomo en salsa con patatas/
Longe en sauce avec pommes de terre
Fruta variada/*fruits variés*

19

Pasta con tomate y queso/
Pâtes à la tomate et au fromage
Pasta a la carbonara/
Pâtes à la carbonara
Pavo en salsa con verduras asadas/
Dinde en sauce aux légumes rôtis
Fruta variada/*fruits variés*

26

Crema de calabacin/
Crème de courgettes
Tortilla de patatas y calabacin/
Omelette de pommes de terre et courgettes
Lomo al ajillo con pisto/
Longe à l'ail avec ratatouille
Fruta variada/*fruits variés*

6

Estofado de garbanzos/
Râgout de pis chiches
Ensalada de garbanzos/
Salade de pois chiches
Merluza al horno con zanahorias/
Merlu au four avec carottes
Yogur y fruta variada/*Yaourt et fruits variés*

13

Ensalada de pasta/
Salade de pâtes
Canelones gratinados/
Cannellonis gratinés
Limanda empanado con champiñones /
Limanda panée avec champignons
Yogur y fruta variada/*Yaourt et fruits variés*

20

Crema de calabaza/
Crème de potiron
Ensalada griega/
Salade grèque
Guiso de ternera con patatas/
Ragoût de boeuf avec pommes de terre
Yogur y fruta variada/*Yaourt et fruits variés*

27

Lentejas con chorizo/
Lentilles au chorizo
Ensalada de lentejas/
Salade de lentilles
Merluza en salsa marinera con ensalada/
Merlu sauce aux fruits de mer avec salade
Yogur y fruta variada/*Yaourt et fruits variés*

7

Crema de verduras/
Crème de légumes
Buffet de ensalada/
Buffet de salade
Guiso de ternera con patatas/
Ragoût de boeuf avec pommes de terre
Fruta variada/*fruits variés*

14

Salmorejo(con jamon)/
Salmorejo(avec jambon)
Buffet de ensalada/
Buffet de salade
Tortilla de patatas /
Omelette de pommes de terre
Fruta variada/*fruits variés*

21

Arroz con tomate/
Riz à la tomate
Arroz negro/
Riz noir
Muslitos de pollo con zanahorias/
Cuisses de poulet avec carottes
Fruta variada/*fruits variés*

28

Crema de verduras/
Crème de légumes
Buffet de ensalada/
Buffet de salade
Pollo al curry con arroz blanco/
Poyulet au curry avec riz blanc
Fruta variada/*fruits variés*

1

Pasta con tomate y queso/
Pâtes à la tomate et au fromage
Ensalada de pasta/
Salade de pâtes
Muslitos de pollo con judías verdes/
Cuisses de poulet avec haricots verts
Yogur y fruta variada/*Yaourt et fruits variés*

8

FESTIVO

15

Arroz con pollo/
Riz avec poulet
Arroz 3 delicias/
Riz cantonnais
Merluza en salsa verde con ensalada/
Merlu en sauce vert avec salade
Fruta variada/*Fruits variés*

22

Estofado de garbanzos/
Râgout de pis chiches
Ensalada de garbanzos/
Salade de pois chiches
Abadejo empanado con ensalada griega/
Abadejo panée avec salade grèque
Fruta variada/*Fruits variés*

29

Arroz tres delicias/
Riz cantonnais
Ensalada de arroz/
Salade de riz
Limanda empanada con ensalada/
Limanda panée avec salade
Fruta variada/*Fruits variés*

2

Crema de calabacin/
Crème de courgettes
Buffet de ensalada/
Buffet de salade
Pavo a la carbonara con patatas/
Dinde à la carbonara avec pommes de terre
Fruta variada/*fruits variés*

9

FESTIVO

16

MENÚ FRANCÉS

23

Salmorejo(con huevo duro)/
Salmorejo(avec oeuf dur)
Buffet de ensalada/
Buffet de salade
PIZZA

Helado y fruta variada/*Glace et fruits variés*

30

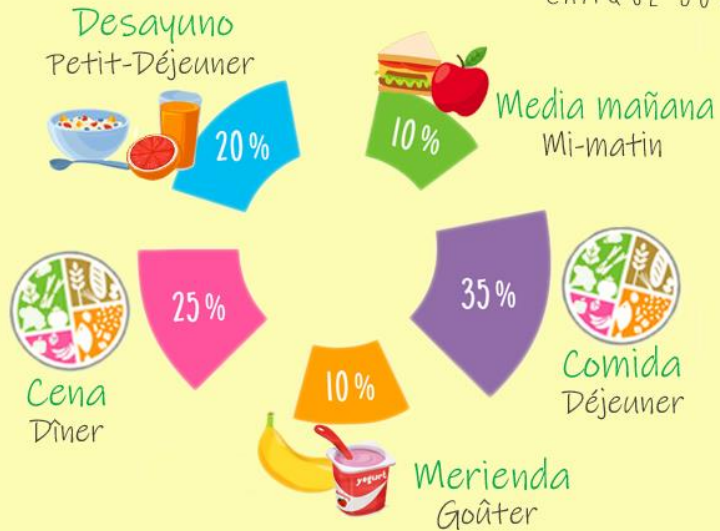
MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO



EQUILIBRA TU DIETA

ÉQUILIBREZ VOTRE ALIMENTATION

CADA DÍA
CHAQUE JOUR



CADA COMIDA
CHAQUE REPAS



Compromiso con la sostenibilidad y el medioambiente

RECOMENDACIONES PARA LAS CENAS

RECOMMANDATIONS POUR LES DÎNERS

SI COMEMOS SI ON DÉJEUNE

POR LA NOCHE CENAMOS
LE SOIR ON DÎNE

Arroz, pasta, patatas o legumbres
Riz, pâtes, pommes de terre ou légumes

Verduras crudas o cocidas
Légumes crus ou cuits

Verduras / Des légumes

Arroz, pasta, patatas / Riz, pâtes, pommes de terre

Carne / Des viandes

Pescado o huevos / Des poissons ou des oeufs

Pescado / Des poissons

Carne o huevo / Des viandes ou des oeufs

Huevos / Des oeufs

Carne o pescado / Des viandes ou poissons

Frutas / Des fruits

Lácteos o fruta / Des laitiers au des fruits

Lácteos / Des laitiers

Frutas / Des fruits

- ✓ LUNES, MIERCOLES Y VIERNES-----PAN BLANCO
- ✓ MARTE Y JUEVES -----PAN INTEGRAL
- ✓ EN TODAS LAS RECETAS USAMOS ACEITE DE OLIVA
- ✓ DESDE CP LOS ALUMNOS PASAN POR LINEA Y PUEDEN ELEGIR ENTRE LOS DOS PRIMEROS PLATOS.
- ✓ A LOS ALUMNOS DE INFANTIL LES SERVICIOS EN MESA LA PRIMERA OPCION QUE HAY DEL PRIMER PLATO.
- ✓ FRUTA DE TEMPORADA
- ✓ PRODUCTOS DE CERCANIA

PARA SERVICIO TAKE AWAY PREGUNTAR EN SECRETARIA

RESPONSABLE DEL COMEDOR: tamara.garcia@seresca.es

