

DICIEMBRE 2023. MENÚ SIN PESCADO . CEIP PLURILINGÜE OS TILOS .RESTAURANTE SALA GRADIN CATERING



MENÚ SIN PESCADO



"ESTE MENÚ , A EXCEPCIÓN DE PESCADO , PUEDEN CONTENER LOS SIGUIENTES ALÉRGENOS : CRUSTÁCEOS , HUEVO , LACTOSA , ALTRAMUCES , CACAHUETES , APIO , SÉSAMO , FRUTOS SECOS , SULFITOS , MOSTAZA Y SOJA "ALIMENTOS PROHIBIDOS : PESCADO Y SUCEDÁNEOS .

FELIZ NAVIDAD



1
MACARRONES CON TOMATE Y ORÉGANO
POTAJE DE GARBANZO CON CARNE
PAN Y FRUTA

4
CREMA DE VERDURAS.

FILETE DE POLLO CON PATATAS

PAN Y YOGUR

5
CREMA DE CALABAZA Y CALABACÍN.

LOMO ASADO CON ARROZ BLANCO

PAN Y FRUTA

6
FESTIVO



7
DÍA NO LECTIVO



8
FESTIVO

11

ARROZ TRES DELICIAS.

JUDÍAS CON CHORIZO Y HUEVO COCIDO.

PAN Y FRUTA

12

SOPA DE PASTA.

POLLO AL HORNO CON ENSALADA.

PAN Y FRUTA

13

ENSALADILLA RUSA (SIN ATÚN) O
ENSALADA MIXTA

LENTEJAS CON VERDURAS Y CARNE.

PAN Y FRUTA

14

CREMA DE COLIFLOR

MACARRONES CON CARNE

PAN Y YOGUR

15

CREMA DE CALABAZA Y CALABACÍN.

ARROZ CON MEJILLONES Y CALAMAR.

PAN Y FRUTA

18

SOPA DE ESTRELLITAS.

BRÓCOLI CON PATATAS , HUEVO Y
JAMÓN.

PAN Y FRUTA

19

CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA.

ALBÓNDIGAS (DE CARNE) CON
TOMATE Y ARROZ BLANCO.

PAN Y FRUTA

20

CREMA DE JUDÍAS Y BRÉCOL .

FILETE DE POLLO CON PATATAS.

PAN Y FRUTA

21

MENESTRA DE VERDURAS.

ESPAGUETIS CON CARNE

PAN Y FRUTA

22

Menús aptos para alumnos de 3 años en adelante . Los alumnos de infantil siempre comerán supervisados por un adulto . Habrá que variar las cantidades según la edad .Ingesta Calórica recomendada para escolares de 7 a 12 años : 2000 Kcal. La ingesta calórica para alumnos de Infantil de 3 a 6 años será de un 20% menos , aproximadamente , de la indicada en el Menú. Estos Menús pueden contener alérgenos especificados que puede consultar en el Centro. Este Menú ha sido valorado y certificado por Consultoría Nutricional CONUGA cumpliendo con la Normativa Legal Vigente " Ley de Seguridad Alimentaria y Nutrición 17/ 2011 " , con la " Normativa para Menús de Comedores Escolares y Comedores Colectivos " y con el Reglamento (UE) Nº 1169 / 2011 la Alérgenos De Declaración Obligatoria. (ADO) para el curso escolar 23-24 .Firma : Rosa Bugeiro Díaz . Dietista .Nutricionista . Técnico Superior en Dietética y Nutrición. . Responsable de Consultoría Nutricional Gallega.