

	Lunes 2	Martes 3	Miércoles 4	Jueves 5	Viernes 6
<b>DESAYUNO</b>		Leche con cola cao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate y aceite.	Leche con cola cao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada.	Leche con cola cao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate y aceite. Croissant	<b>NO LECTIVO</b>
<b>BOCADILLO</b>		Cereales y croissant Mandarinas	Galletas Bocadillo de caballa		
<b>COMIDA</b>	<b>Judías con almejas</b> (judías, almejas, cebolla, ajo, vino). <b>Ragut de ternera</b> (ternera, cebolla, tomate, guisantes, champiñón). Pan, agua y <b>naranja</b>	Bolsa viaje: <b>bocadillo de calamares, batido de chocolate, plátano</b> y botella de agua de 33 cl.	<b>Cocido completo:</b> Garbanzos, jamón, pollo, ternera, tocino, fideos, patata, zanahoria Pan-Agua-Manzana	Bolsa viaje: <b>bocadillo tortilla francesa. 2 mandarinas.</b> Botella de agua de 33 cl.	
<b>MERIENDA</b>	Bocadillo chópéd		Bocadillo mixto		
<b>CENA</b>	<b>Menestra</b> (judías verdes, zanahoria, guisantes, coliflor, alcachofa). <b>Abadejo rebozado.</b> Pan, agua y <b>pera</b>		<b>Ensalada cesar:</b> Lechuga variada, pollo, queso, salsa cesar <b>Alas pollo fritas:</b> Alas pollo Pan-Agua-Yogurt		

\* EL ACEITE UTILIZADO EN LA ELABORACIÓN DE LAS COMIDAS ES ACEITE DE OLIVA "LOS MOLINOS" DE LA SOLANA.\*

ATENCIÓN A LAS FAMILIAS: PARA LA ALIMENTACIÓN FUERA DEL COMEDOR ESCOLAR, CONVIENE SEGUIR LAS PAUTAS MARCADAS EN LA "GUÍA DE ALIMENTACIÓN PARA COMEDORES ESCOLARES", DISPONIBLE EN: <http://pagina.iccm.es/sanidad/salud/promosalud/pdf/gcomedoresescolares.pdf>

	Lunes 9	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13
<b>DESAYUNO</b>		Leche con cola cao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada Galletas	Leche con cola cao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate y aceite.  Cereales y magdalenas	Leche con cola cao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada Galletas	Leche con cola cao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate y aceite. Cereales y croissant
<b>BOCADILLO</b>		Bocadillo salchichón	Bocadillo mortadela	Plátano	Bolsa viaje: <b>Bocadillo de caballa, zumo de naranja</b> 20 cl, <b>botella de agua</b> de 33cl.
<b>COMIDA</b>	<b>Judías pintas estofadas</b> (judías, tomate, pimiento, cebolla y ajo). <b>Lomo a la naranja.</b> Pan, agua y <b>pera</b>	<b>Arroz a la jardinera</b> (arroz, zanahoria, guisantes, judías verdes, calabacín). <b>Pollo al horno.</b> Pan, agua y <b>naranja</b>	<b>Sopa de pescado</b> (cebolla, tomate, calamar, rape, gambas, almejas). <b>Ternera a la flamenca</b> (ternera, cebolla, beicon, ajo y cerveza). Pan, agua y <b>melocotón</b>	<b>Patatas con verdura y ternera</b> (patatas, zanahoria, champiñón, alcachofas, ternera). <b>Pollo plancha con ensalada de tomate.</b> Pan, agua y <b>pera</b>	
<b>MERIENDA</b>	Bocadillo crema chocolate	Mandarina	Plátanos	Bocadillo de mortadela	
<b>CENA</b>	<b>Guisantes con jamón.</b> <b>Bacalao con pimientos asados.</b> Pan, agua y <b>manzana</b>	<b>Carne con tomate.</b> <b>Huevo y patatas.</b> Pan, agua y <b>kiwi</b>	<b>Judías verdes con pimientos asados.</b> <b>Empanada jamón queso</b> (hojaldre, jamón cocido, queso). Pan, agua y <b>mandarina</b>	<b>Judías verdes. Dorada al horno.</b> Pan, agua y <b>piña</b>	

\* EL ACEITE UTILIZADO EN LA ELABORACIÓN DE LAS COMIDAS ES ACEITE DE OLIVA "LOS MOLINOS" DE LA SOLANA.\*

ATENCIÓN A LAS FAMILIAS: PARA LA ALIMENTACIÓN FUERA DEL COMEDOR ESCOLAR, CONVIENE SEGUIR LAS PAUTAS MARCADAS EN LA "GUÍA DE ALIMENTACIÓN PARA COMEDORES ESCOLARES", DISPONIBLE EN: <http://pagina.iccm.es/sanidad/salud/promosalud/pdf/gcomedoresescolares.pdf>

	Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18	Jueves 19	Viernes 20
<b>DESAYUNO</b>		Leche con cola cao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Galletas	Leche con cola cao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Galletas	Leche con cola cao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate y aceite. Cereales y magdalenas	
<b>BOCADILLO</b>		Bocadillo de caballa	Bocadillo de caballa		
<b>COMIDA</b>	<b>Patatas con verdura y ternera</b> (patatas, zanahoria, champiñón, alcachofas, ternera). <b>Pollo plancha con ensalada de tomate.</b> Pan, agua y <b>pera</b>	<b>Cocido completo:</b> Garbanzos, jamón, pollo, ternera, tocino, fideos, patata, zanahoria Pan-Agua-Manzana	<b>Patatas a la riojana:</b> Patatas, cebolla, ajo, chorizo <b>Merluza a la gallega:</b> Merluza, pimentón, ajos Pan-Agua-Yogurt	Bolsa viaje: <b>Bocadillo beicon con queso, zumo de naranja 20 cl, botella de agua de 33cl.</b>	
<b>MERIENDA</b>	Bocadillo de mortadela	Bocadillo mixto	Bocadillo salchichón		
<b>CENA</b>	<b>Judías verdes. Dorada al horno.</b> Pan, agua y <b>piña</b>	<b>Ensalada cesar:</b> Lechuga variada, pollo, queso, salsa cesar <b>Alas pollo fritas:</b> Alas pollo Pan-Agua-Yogurt	<b>Salteado setas y champiñón:</b> Champiñón, setas, ajo, jamón <b>Sándwich mixto:</b> Pan molde, jamón cocido, queso Pan-Agua-Mandarina	<b>ÚLTIMO DÍA DEL TRIMESTRE</b>	

\* EL ACEITE UTILIZADO EN LA ELABORACIÓN DE LAS COMIDAS ES ACEITE DE OLIVA "LOS MOLINOS" DE LA SOLANA.\*

ATENCIÓN A LAS FAMILIAS: PARA LA ALIMENTACIÓN FUERA DEL COMEDOR ESCOLAR, CONVIENE SEGUIR LAS PAUTAS MARCADAS EN LA "GUÍA DE ALIMENTACIÓN PARA COMEDORES ESCOLARES", DISPONIBLE EN: <http://pagina.iccm.es/sanidad/salud/promosalud/pdf/gcomedoresescolares.pdf>