

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p>LACITOS CON TOMATE Y ALBAHACA</p> <p>1 2 TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA</p> <p>CHAMPIÑONES SALTEADOS CON AJO Y FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>CREMA DE CALABACÍN (patata y cebolla)</p> <p>TIMBAL DE CALABACÍN, TOMATE, QUESO DE CABRA Y ESPÁRRAGOS TRIGUEROS CON ACEITE DE ALBAHACA</p> <p>TOMATE AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>JUDÍAS VERDES CON PATATAS AL VAPOR</p> <p>TOFU SALTEADO CON VERDURAS</p> <p>CUS CÚS FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>ENSALADA DE ARROZ (dados de tomate, olivas verdes y piña)</p> <p>BERENJENAS RELLENAS DE VERDURAS Y QUESO</p> <p>3 ZANAHORIA HERVIDA HELADO DE VAINILLA Y CHOCOLATE</p>	<p>HUMMUS CASERO CON "DIPS" DE VERDURAS</p> <p>4 FALAFEL (Croqueta de garbanzos con ensalada) CON SALSA DE YOGUR</p> <p>5 6 SALSA DE YOGURT FRUTA DEL TIEMPO</p>
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p>ENSALADA DE ESPIRALES (tomate, aceitunas negras, maíz y orégano)</p> <p>7 HOJALDRE CON TOMATE, ESPÁRRAGOS Y QUESO DE CABRA</p> <p>8 9 GUISANTES SALTEADOS FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>Festivo</p>	<p>ARROZ FRITO CON VERDURITAS (cebolla, puerro, judía verde, zanahoria y champiñones)</p> <p>ESTOFADO DE SEITÁN CON PATATAS (by Rebeca Gordo)</p> <p>CALABACÍN Y TOMATE NATURAL AL HORNO YOGURT</p>	<p>ACELGAS CON PATATAS</p> <p>TIMBAL DE QUINOA CON VERDURAS</p> <p>GAZPACHO FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>ENSALADA VARIADA</p> <p>SALCHICHAS VEGETALES</p> <p>PURÉ DE PATATA CON SALSA DE FRUTA DEL TIEMPO</p>
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p>CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patata)</p> <p>PIMIENTO ROJO RELLENO DE ARROZ CON VERDURAS</p> <p>BERENJENAS AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>PAELLA DE VERDURAS (pimiento rojo, pimiento verde, alcachofa, puerro, guisantes y judía verde)</p> <p>TORTILLA DE CALABACÍN</p> <p>TIRAS DE PIMIENTO VERDE FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>PATATAS, JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIA CON MAYONESA</p> <p>TOFU CON SOJA Y MIEL</p> <p>CEBOLLA CAMELIZADA FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>LENTEJAS ESTOFADAS (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate)</p> <p>CALABACÍN RELLENO DE ARROZ</p> <p>10 TOMATE ALIÑADO HELADO DE VAINILLA Y CHOCOLATE</p>	<p>MAC & CHEESE (by Pepi Lorente)</p> <p>11 12 SEITAN SALTEADO CON VERDURAS</p> <p>ENSALADA AMERICANA DE COL FRUTA DEL TIEMPO</p>
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<p>Festivo</p>	<p>ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)</p> <p>TORTILLA DE QUESO</p> <p>13 CHAMPIÑONES SALTEADOS CON AJO Y FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>GARBANZOS CON PATATAS Y ZANAHORIAS HERVIDAS</p> <p>MOUSSAKA DE VERDURAS</p> <p>14 TOMATE GRATINADO CON PAN RALLADO NATILLAS</p>	<p>ESPINACAS HERVIDAS CON PATATAS</p> <p>CROQUETAS CASERAS DE QUINOA</p> <p>15 16 PISTO CASERO FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>ESPAGUETIS AL YOGUR</p> <p>17 18 TOFU SALTEADO CON VERDURAS</p> <p>ENSALADA DE PEPINO, TOMATE Y FRUTA DEL TIEMPO</p>

Recomendación Cenas

LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28

Necesidades Alimentarias Especiales

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 1. Pasta sin gluten 2. Sin queso 3. Sin queso 4. Pan s/gluten 5. Sin pan de pita 6. Sin yogur 7. Pasta s/gluten 8. Pan sin gluten 9. Sin queso 10. Sin Queso 11. pasta sin gluten 12. coditos con napolitana 13. Tortilla francesa 14. Sin queso rallado 15. Croquetas s/gluten 16. Pollo rebozado 17. pasta s/gluten | <ul style="list-style-type: none"> 18. pasta napolitana |
|---|--|

Los alumnos pueden acompañar el menú con un buffet de ensaladas.
 "Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT001048)"

