

# COLEGIO SAN JOSÉ (VÉLEZ-MÁLAGA)

## COMEDOR 2017-2018 | MENÚ MENSUAL

PRIMERA SEMANA	SEGUNDA SEMANA	TERCERA SEMANA	CUARTA SEMANA
<b>LUNES</b>	<b>LUNES</b>	<b>LUNES</b>	<b>LUNES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sopa casera de fideos con verduras (apio, zanahoria, puerros) (1,9)</li> <li>▪ Huevo frito o tortilla francesa con patatas fritas (3)</li> <li>▪ Pan integral (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Patatas guisadas con carne de cerdo</li> <li>▪ San Jacobo con tomate a rodajas (1, 3, 7)</li> <li>▪ Pan integral (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Garbanzos con arroz</li> <li>▪ Salchichas cocidas de pavo con tomate frito</li> <li>▪ Pan integral (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Arroz a la cubana</li> <li>▪ Jamón York a la plancha con patatas fritas</li> <li>▪ Pan integral (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>
<b>MARTES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MARTES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Crema de zanahoria (patata calabacín)</li> <li>▪ Albóndigas a la cazadora de carne de cerdo (1, 3, 8)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Yogur(7)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sopa casera de fideos con verduras (apio, zanahoria, puerros) (1,9)</li> <li>▪ Filete Ruso de carne de cerdo con lechuga (1,3)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Yogur (7)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Crema de calabacín y puerros</li> <li>▪ Estofado de carne con patatas</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Yogur(7)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sopa casera de fideos con verduras (apio, zanahoria, puerros) (1,9)</li> <li>▪ Filete de pechuga de pollo con patatas fritas (1,3)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Yogur (7)</li> </ul>
<b>MIÉRCOLES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Arroz a la marinera con rosada (4)</li> <li>▪ Boquerones con ensalada (1, 4)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Espaguetis (1)</li> <li>▪ Calamares fritos con lechuga y tomate (1, 14)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Lentejas con verdura (zanahoria , patatas)</li> <li>▪ Boquerones fritos con rodajas de tomate(1, 4)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Crema de verduras naturales</li> <li>▪ Tortilla de patatas con ensalada (3)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>
<b>JUEVES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>JUEVES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Garbanzos con arroz</li> <li>▪ Salchichas cocidas de pavo con tomate frito</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Lentejas con verdura (zanahoria ,patatas)</li> <li>▪ Croquetas caseras de pollo con ensalada(1, 3, 7)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cazuela de fideos con rosada (1, 4)</li> <li>▪ Huevo frito o tortilla francesa con patatas fritas (3)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Espaguetis (1)</li> <li>▪ Lomo a la plancha con ensalada</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>
<b>VIERNES</b>	<b>VIERNES</b>	<b>VIERNES</b>	<b>VIERNES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Macarrones (1)</li> <li>▪ Filete de merluza con ensalada (1, 4)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Arroz a la cubana</li> <li>▪ Filete de merluza con ensalada (1, 4)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Espirales tricolor(1)</li> <li>▪ Filete de merluza con ensalada (1, 4)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Potaje de garbanzos con arroz</li> <li>▪ Calamares fritos con lechuga y tomate (1, 14)</li> <li>▪ Pan blanco (1)</li> <li>▪ Fruta del tiempo</li> </ul>

### Relación de alérgenos:

<b>1</b> CEREALES	<b>2</b> CRUSTÁCEOS	<b>3</b> HUEVO	<b>4</b> PESCADO	<b>5</b> CACAHUETES	<b>6</b> SOJA	<b>7</b> LECHE
<b>8</b> FRUTOS CON CÁSCARA	<b>9</b> APIO	<b>10</b> MOSTAZA	<b>11</b> GRANOS DE SÉSAMO	<b>12</b> DIÓXIDO DE AZUFRE	<b>13</b> ALTRAMUCES	<b>14</b> MOLUSCOS

.....

**LAS ENSALADAS SON ALIÑADAS CON ACEITE DE OLIVA, VINAGRE Y SAL.  
LA FRUTA LA PROPIA DEL TIEMPO: MELÓN, SANDÍA, NARANJA, MANZANA, PLÁTANOS, FRESAS, PERA...**