Diciembre 2023

CEIP RAFAEL ALTAMIRA

Infantil y Primaria

CATERING 45
Enseñar a comer

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Todos los jueves el menú se servirá con pan integral.	**Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos**			**1** **Crema de legumbres** **Pollo al horno con zanahoria** Ensalada lechuga, tomate y pepino Fruta de Temporada *Cena: Crema de verduras y pescado a la plancha. Fruta* 679.19 KC 37.37 PR 61.75 HC 23.52 LP 5.06 GS
4 **Fideuá de pescado** **Rollitos de pavo y queso** Ensalada de lech, zanah. y aceitunas Fruta de Temporada *Cena: Tortilla de coliflor y cebolla y verduras al horno. Fruta.* 774.64 KC 40.22 PR 96.32 HC 23.20 LP 8.13 GS	**5** **Paella alicantina** **Longanizas con calabaza salteada** Ensalada lechuga, pepino y maíz Yogur *Cena: Pastel de verduras y lomo a la plancha. Fruta* 909.40 KC 44.62 PR 91.63 HC 40.23 LP 14.28 GS	**6** FIESTA	**7** FIESTA	**8** FIESTA
11 **Arroz con tomate** **Flamenquines** Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas) Fruta de Temporada *Cena: Alitas de pollo y aguacate con aceite. Fruta* 752.80 KC 14.34 PR 98.66 HC 26.55 LP 3.58 GS	**12** **Crema de coliflor y brócoli** **Lomo adobado con calabacín** Ensalada de cheff(lechu, tomate, atún) Fruta de Temporada *Cena: Verduras a la plancha y pescado al horno. Fruta* 563.10 KC 18.14 PR 69.02 HC 15.30 LP 5.06 GS	**13** **Alubias ECO estofadas** **Rustidera de pollo** Ensalada huerta (lech,pepino, zanah) Fruta de Temporada *Cena: Sémola y tortilla campesina. Fruta* 742.37 KC 38.33 PR 62.02 HC 19.53 LP 4.19 GS	**14** **Macarrones a la napolitana** **Fogonero con verduritas** Ensalada lechuga, remol. y aceit. Fruta de Temporada *Cena: Rustidera de pollo al horno con verduras. Fruta* 698.56 KC 28.04 PR 103.71 HC 16.35 LP 2.38 GS	**15** **Garbanzos a la mediterránea** **Tortilla con queso** Ensalada lechuga, tomate y zanah Yogur *Cena: Sopa con estrellitas y lomo a la plancha. Fruta* 695.90 KC 37.01 PR 66.26 HC 28.00 LP 7.87 GS
18 **Hervido valenciano** **Lomo fresco con salteado campestre** Ensalada de lechuga, remolacha y maíz Fruta de Temporada *Cena: Dorada al horno con ensalada. Fruta* 628.82 KC 18.63 PR 57.33 HC 33.54 LP 10.32 GS	**19** **Espirales con chorizo** **Merluza con guisantes rehogados** Ensalada lechuga, zanah y brotes soja Fruta de Temporada *Cena: Pizza casera integral con verduras. Fruta* 812.60 KC 35.13 PR 106.56 HC 24.67 LP 6.36 GS	**20** **Sopa de cocido** **Cocido completo** Ensalada de lech, espárragos, lombarda Fruta de Temporada *Cena: Verduras al horno y pescado al papillote. Fruta.* 1112.80 KC 65.34 PR 103.20 HC 44.49 LP 15.19	**21** **Lentejas castellanas** **Tortilla campesina** Ensalada lechuga, tomate y zanah Yogur *Cena: Ensalada mixta y lomo a la plancha. Fruta* 704.20 KC 38.68 PR 66.40 HC 27.98 LP 7.91 GS	**22** MENÚ ESPECIAL
25	**26**	**27**	**28**	**29**

ECO: Legumbres procedentes de cultivo ecológico

Fruta del tiempo: mandarina, plátano, manzana, naranja, caqui y pera.

Alérgenos de declaración obligatoria.