



Menú General

mes

de octubre

de 2021

CEIP SON CALIU

IMPORTE COMEDOR MES DE OCTUBRE 114,57 €  
VALES DIARIOS 6,63 €

VIERNES	1
MACARRONES INTEGRALES A LA PIAZZOLA (cebolla, zanahoria, tomate y aceitunas verdes)	
FOGONERO A LA ANDALUZA (harina de trigo)	
ENSALADA VARIADA CON MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	
<b>Sugerencia de cena:</b>	
Tortillas mexicanas con verduras y pollo / Fruta	

LUNES	4	MARTES	5	MIÉRCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, pimientos, tomate, zanahoria y acelgas)		ESPAGUETIS INTEGRALES A LA CARBONARA (cebolla, bacon, crema de leche)		PURÉ DE CALABAZA (calabaza, cebolla, puerros, patata) Y ALUBIAS		SOPA DE PESCADO (ajo, perejil, cebolla, cebolleta, tomate, sal, pimentón, pescado y azafrán)		"ARRÒS BRUT" (cebolla, tomate, alcachofas, guisantes, coliflor, champiñones, carne variada)	
CROQUETAS VARIADAS		MERLUZA AL HORNO		TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA		LIMANDA A LA MILANESA (huevo, pan rallado, ajo y perejil)		POLLO ASADO AL LIMÓN (pimienta, romero, limon)	
ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS		SALSA DE PIMIENTOS (cebolla, pimiento, tomate) Y PATATA		ENSALADA VARIADA CON MAÍZ		<b>100 % temporada TREMPÓ</b>		PATATAS FRITAS	
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		YOGUR		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA	
<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>	
Hervido de patata y verduras con huevo y atún / Fruta		Ensalada de arroz con garbanzos / Fruta		Sopa y filete de pavo con champiñones / Fruta		Espirales de legumbre con verduras / Fruta		Ensalada variada y pizza casera / Fruta	
LUNES	11	MARTES	12	MIÉRCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
<b>NO LECTIVO</b>		<b>FESTIVO</b>		PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA		ESTOFADO DE GARBANZOS ECOLÓGICOS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, pimientos, tomate, acelgas o espinacas)		MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE CHAMPIÑONES (cebolla, champiñones, crema de leche, nuez moscada)	
				LOMO EMPANADO CASERO (huevo, pan rallado)		HUEVOS COCIDOS		FOGONERO AL HORNO	
				ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS		CON PATATAS HERVIDAS		JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON AJO Y TOMATE	
				YOGUR		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA	
				<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>	
				Tortilla de patata y cebolla con verdura asada / Fruta		Espirales de legumbre con sanfaina de verduras/fruta		Ensalada variada y hamburguesa casera / Fruta	
LUNES	18	MARTES	19	MIÉRCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, pimientos, tomate, zanahoria y acelgas)		ESPIRALES INTEGRALES A LA AMATRICIANA (cebolla, bacon, tomate, queso y albahaca)		PAELLA DE CARNE Y VERDURAS		SOPA DE "BULLIT"		ESTOFADO DE GARBANZOS ECOLÓGICOS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, pimientos, tomate, acelgas o espinacas)	
SALCHICHAS FRESCAS AL HORNO		TORTILLA A LA FRANCESA CON QUESO		MERLUZA AL HORNO		"BULLIT MALLORQUÍ"		RABAS DE CALAMAR ENHARINADAS	
<b>100 % temporada TREMPÓ</b>		ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS		VERDURAS (cebolla, zanahoria, guisantes y tomate)		Pollo, judías verdes, zanahoria, patata, cebolla y col		ENSALADA VARIADA CON ATÚN	
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		YOGUR		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA	
<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>	
Cazuela de calamares con verduras y arroz / Fruta		Verduras con cuscús y pollo troceado / Fruta		Ensalada variada y falafel de garbanzos con salsa / Fruta		Ensalada variada y tortilla de patata y cebolla / Fruta		Quesadillas variadas / Fruta	
LUNES	25	MARTES	26	MIÉRCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA		SOPA DE CALDO DE CARNE CON FIDEOS (cebolla, zanahoria, apio, nabo, tomate, laurel, pollo)		ARROZ 3 DELICIAS (judía verde, guisantes, zanahoria, jamón)		LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, pimientos, tomate y zanahoria)		ESPIRALES INTEGRALES A LA BOLOÑESA (cebolla, zanahoria, tomate, carne picada)	
ESCALOPE CASERO DE POLLO (huevo, pan rallado)		TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA		FOGONERO AL HORNO		PIZZA MARGARITA		MERLUZA A LA VASCA	
TOMATE ALIÑADO		ENSALADA VARIADA CON ATÚN		A LA VIZCAÍNA (cebolla, pimientos, tomate)		ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS		JUDÍAS VERDES, GUI SANTES Y PATATAS	
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		YOGUR		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA	
<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>		<b>Sugerencia de cena:</b>	
Salteado de pimientos y cebolla con huevo a la plancha, pan / Fruta		Sopa de pescado con verduras troceadas y pescadilla / Fruta		Cuscús con verduras y pavo troceado / Fruta		Sopa y tortilla a la francesa con champiñones / Fruta		Ensalada variada y pa amb oli / Fruta	

Los menús van acompañados de pan y agua. La cocina utiliza Aceite de Oliva para cocinar y aliñar los platos.

Cada mes incorporamos, en la medida de las posibilidades del mercado, productos de proximidad.

SI NECESITA INFORMACIÓN DE LOS ALÉRGICOS CONTENIDOS EN EL MENÚ, CONTACTE CON LAS OFICINAS.

