

**Curso**  
**1º TRIMESTRE 2020-21**  
**C.E.I.P. LA CERRUDA**

SEP	OCT	NOV	DIC
28	26	23	21
29	27	24	22
30	28	25	
1	29	26	
2	30	27	
5	2	30	
6	3	1	
7	4	2	
8	5	3	
9	6	F	
12	9	F	
13	10	F	
14	11	9	
15	12	10	
16	13	11	
21	19	16	14
22	20	16	15
23	21	17	16
24	22	19	17
25	23	20	18

Primer Plato	Segundo Plato	Postre	Valoración nutric.
CREMA DE CALABACIN	LOMO DE CERDO AL HORNO EN SALSA CON ARROZ BLANCO	Fruta natural	
RANCHO CANARIO	MACARRONES CON JAMON, QUESO Y TOMATE NATURAL	Fruta natural	
SOPA DE LETRAS CON TERNERA	ENPADADILLAS DE ATUN Y ENSALADA DEL TIEMPO	Fruta almíbar	
REHOGADO DE GRANOS	POLLO AL AJILLO CON PAPAS PANADERAS	Fruta natural	
CREMA DE VERDURAS	TORTILLA CON CEBOLLA Y ENSALADA DEL TIEMPO	Postre lácteo	
POTAJE DE BERROS	CHURROS DE PESCADO CON ENSALADA	Fruta natural	
POTAJE DE JUDIAS	PIZZA CON ATÚN Y JAMON	Postre lácteo	
CREMA DE GUISANTES	ARROZ A LA CUBANA CON SALCHICHAS	Fruta natural	
SOPA DE AVE CON FIDEOS	CHULETAS AL HORNO CON ENSALADA	Fruta natural	
CREMA DE HORTALIZAS DE TEMPORADA	ESPIRALES CON SALSA DE ATÚN	Postre lácteo	
POTAJE DE ESPINACAS CON GARBANZOS	POLLO AL HORNO Y PAPA SANCOCHADAS	Fruta natural	
PURÉ DE COL Y CALABACIN	TORTILLA CON LONCHA DE JAMÓN	Fruta natural	
LENTEJAS ESTOFADAS	TACOS DE PESCADO CON MOJO Y PAPAS ARRUGADAS	Fruta natural	
SOPA DE PESCADO	ALBONDIGAS A LA JARDINERA	Postre lácteo	
CREMA DE ZANAHORIA	CROQUETAS CON ENSALADA	Fruta almíbar	
POTAJE DE VERDURAS	MERLUZA AL HORNO CON MOJO CON ENSALADA	Fruta natural	
SOPA DE POLLO CASERA	HAMBURGUESA HORNEADA, PAPAS FRITAS Y SALSA TOM	Postre lácteo	
LENTEJAS REHOGADAS	PLUMAS CON SALSA BOLOÑESA	Fruta natural	
POTAJE DE LA HUERTA	ROPA VIEJA DE POLLO	Postre lácteo	
CREMA CALDO DE MILLO	PAELLA MIXTA	Fruta natural	

Valoración nutricional → P: Proteínas L: Lípidos HC: Hidratos Carbono  
+ PAN + AGUA

PASTA PARA CELIACOS Y MENÚ ADAPTADO PARA ALERGENOS

NOMBRE DIETISTA:

CUALIFICACION: