Septiembre 2023
Colegio San Ignacio de Loyola

			MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
			Potaje de judías (sin carne)	Sopa de letras (sin carne)	Crema de verduras (sin carne)
			Pollo al ajillo	Tortilla paisana	Tacos de pescado
			Arroz	Tomates aliñados	Ensalada
			Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas			Verdura + Pescado + Fruta	Legumbre + Carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo
	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
	Potaje de berros (sin carne)	Potaje a la castellana (sin carne)	Crema de zanahoria	Ensalada de pasta (sin jamón)	Potaje de lentejas (sin carne)
	Hamburguesa de pollo	Paella mixta (sin cerdo)	Pescado a la portuguesa con papas	Fingers de pollo caseros	Pizza (sin cerdo)
	Ensalada			Tomate aliñado	
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta
	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
	Sopa de estrellitas (sin carne)	Poteje de judías (sin carne)	Crema de calabaza	Potaje de verduras	Crema de calabacín
	Albóndigas de ternera con zanahoria y papas	Pollo con arroz y salsa agridulce	Tacos de pescado con mojo	Tortilla española con tomate	Pollo al horno
			Ensalada		Pasta rehogada
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Arroz + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
	LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
	Crema de zanahoria	Potaje de verduras	Sopa de estrellitas (sin carne)	Potaje de lentejas (sin carne)	Crema castellana (caldo de ave)
	Arroz con tomate	Estofado de pollo	Filete de ternera empanado	Tacos de pescado	Filete de pavo a la plancha
		Zanahoria baby	Ensalada	Tomate aliñado	Pasta rehogada
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteos	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogonero, lenguado y merluza

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Raquel Aguado Puertas (MAD00423)
Graduado en Nutrición Humana y Dietética

Septiembre 2023
Colegio San Ignacio de Loyola

			MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Potaje de judías	Sopa de letras s/gluten	Crema de verduras
			Pollo al ajillo	Tortilla paisana	Tacos de pescado
			Arroz	Tomates aliñados	Ensalada
			Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas			Verdura + Pescado + Fruta	Legumbre + Carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de berros	Potaje a la castellana	Crema de zanahoria	Ensalada de pasta s/gluten	Potaje de verduras
	Filete de ternera	Paella mixta	Pescado a la portuguesa con papas	Pollo a la plancha	Pizza (sin gluten)
	Ensalada			Tomate aliñado	
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Sopa de estrellitas s/gluten	Poteje de judías	Crema de calabaza	Potaje de verduras	Crema de calabacín
	Ternera con zanahoria y papas	Cinta de cerdo con arroz	Tacos de pescado con mojo	Tortilla española con tomate	Pollo al horno
			Ensalada		Pasta s/gluten rehogada
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Arroz + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Crema de zanahoria	Potaje de verduras	Sopa de estrellitas s/gluten	Patatas con verduras	Crema de calabaza
	Arroz con tomate y tortilla francesa	Estofado de pollo	Lomo de cerdo a la plancha	Tacos de pescado	Filete de pavo a la plancha
		Zanahoria baby	Ensalada	Tomate aliñado	Pasta s/gluten rehogada
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteos	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogonero, lenguado y merluza

NO SE UTILIZARÁN CALDOS QUE PUEDAN CONTENER GLUTEN. PAN Y LÁCTEOS SIN GLUTEN

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Raquel Aguado Puertas (MAD00423)
Graduado en Nutrición Humana y Dietética

Septiembre 2023
Colegio San Ignacio de Loyola

			MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Potaje de judías	Sopa de letras	Crema de verduras
			Pollo al ajillo	Tortilla paisana	Magro de cerdo en salsa
			Arroz	Tomates aliñados	Ensalada
			Fruta natural	Postre Lácteo	Postre Lácteo
Propuesta Cenas			Verdura + Pescado + Fruta	Legumbre + Carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de berros	Potaje a la castellana	Crema de zanahoria	Ensalada de pasta	Potaje de lentejas
	Filete de ternera	Paella mixta (sin pescado ni marisco)	Filete de pavo con papas	Fingers de pollo caseros	Pizza (sin pescado ni marisco)
	Ensalada			Tomate aliñado	
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Sopa de estrellitas	Poteje de judías	Crema de calabaza	Potaje de verduras	Crema de calabacín
	Ternera con zanahoria y papas	Cinta de cerdo con arroz y salsa agridulce	Pavo en salsa	Tortilla española con jamón y tomate	Pasta a la carbonara
			Ensalada		
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Arroz + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Crema de zanahoria	Potaje de verduras	Sopa de estrellitas	Potaje de lentejas	Crema castellana
	Arroz con salchichas y tortilla francesa	Estofado de pollo	Bistec de cerdo empanado	Pollo al horno	Filete de pavo a la plancha
		Zanahoria baby	Ensalada	Tomate aliñado	Pasta rehogada
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteos	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogonero, lenguado y merluza

NO SE UTILIZARÁN PESCADOS NI CALDOS CONCENTRADOS QUE PUDIERAN CONTENER MOLUSCOS Y/O CRUSTÁCEOS

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Raquel Aguado Puertas (MAD00423)
Graduado en Nutrición Humana y Dietética

Septiembre 2023
Colegio San Ignacio de Loyola

			MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Potaje de judías	Sopa de letras	Crema de verduras
			Pollo al ajillo	Tortilla paisana	Magro de cerdo en salsa
			Arroz	Tomates aliñados	Ensalada
			Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas			Verdura + Pescado + Fruta	Legumbre + Carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de berros	Potaje a la castellana	Crema de zanahoria	Ensalada de pasta	Potaje de lentejas
	Filete de ternera	Paella mixta (sin pescado ni marisco)	Filete de pavo con papas	Fingers de pollo caseros	Pizza (sin pescado ni marisco)
	Ensalada			Tomate aliñado	
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Sopa de estrellitas	Poteje de judías	Crema de calabaza	Potaje de verduras	Crema de calabacín
	Ternera con zanahoria y papas	Cinta de cerdo con arroz y salsa agridulce	Pavo en salsa	Tortilla española con jamón y tomate	Pasta a la carbonara
			Ensalada		
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Arroz + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Crema de zanahoria	Potaje de verduras	Sopa de estrellitas	Potaje de lentejas	Crema castellana
	Arroz con salchichas y tortilla francesa	Estofado de pollo	Bistec de cerdo empanado	Pollo al horno	Filete de pavo a la plancha
		Zanahoria baby	Ensalada	Tomate aliñado	Pasta rehogada
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteos	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogonero, lenguado y merluza

NO SE UTILIZARÁN PESCADOS NI CALDOS CONCENTRADOS QUE PUDIERAN CONTENER MOLUSCOS Y/O CRUSTÁCEOS

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Raquel Aguado Puertas (MAD00423)
Graduado en Nutrición Humana y Dietética

Septiembre 2023
Colegio San Ignacio de Loyola

			MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Potaje de judías	Sopa de letras s/huevo	Crema de verduras
			Pollo al ajillo	Pavo en salsa	Tacos de pescado
			Arroz	Tomates aliñados	Ensalada
			Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas			Verdura + Pescado + Fruta	Legumbre + Carne + Fruta	Patata + Pescado + Lácteo
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de berros	Potaje a la castellana (sin huevo)	Crema de zanahoria	Ensalada de pasta s/huevo (sin mayonesa ni queso)	Potaje de lentejas
	Filete de ternera	Paella mixta	Pescado a la portuguesa con papas	Pollo a la plancha	Pizza (sin huevo)
	Ensalada			Tomate aliñado	
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Sopa de estrellitas s/huevo	Poteje de judías	Crema de calabaza	Potaje de verduras	Crema de calabacín
	Ternera con zanahoria y papas	Cinta de cerdo con arroz	Tacos de pescado con mojo	Filete de pollo con tomate	Pollo al horno
			Ensalada		Pasta s/huevo rehogada
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Arroz + AVe + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Crema de zanahoria	Potaje de verduras	Sopa de estrellitas s/huevo	Potaje de lentejas	Crema de calabaza
	Arroz con tomate	Estofado de pollo	Lomo de cerdo a la plancha	Tacos de pescado	Filete de pavo a la plancha
		Zanahoria baby	Ensalada	Tomate aliñado	Pasta s/huevo rehogada
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteos	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Patata + Cerne + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogonero, lenguado y merluza

NO SE UTILIZARÁN CALDOS QUE PUEDAN CONTENER HUEVO. LÁCTEOS SIN HUEVO

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Raquel Aguado Puertas (MAD00423)
Graduado en Nutrición Humana y Dietética

Septiembre 2023
Colegio San Ignacio de Loyola

			MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Potaje de judías	Sopa de letras s/huevo	Crema de verduras
			Pollo al ajillo	Pavo en salsa	Tacos de pescado
			Arroz	Tomates aliñados	Ensalada
			Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas			Verdura + Pescado + Fruta	Legumbre + Carne + Fruta	Patata + Pescado + Lácteo
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de berros	Potaje a la castellana (sin huevo)	Crema de zanahoria	Ensalada de pasta s/huevo (sin mayonesa ni queso)	Potaje de lentejas
	Filete de ternera	Paella mixta	Pescado a la portuguesa con papas	Pollo a la plancha	Pizza (sin huevo ni frutos secos)
	Ensalada			Tomate aliñado	
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Sopa de estrellitas s/huevo	Poteje de judías	Crema de calabaza	Potaje de verduras	Crema de calabacín
	Ternera con zanahoria y papas	Cinta de cerdo con arroz	Tacos de pescado con mojo	Filete de pollo con tomate	Pollo al horno
			Ensalada		Pasta s/huevo rehogada
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Arroz + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Crema de zanahoria	Potaje de verduras	Sopa de estrellitas s/huevo	Potaje de lentejas	Crema de calabaza
	Arroz con tomate	Estofado de pollo	Lomo de cerdo a la plancha	Tacos de pescado	Filete de pavo a la plancha
		Zanahoria baby	Ensalada	Tomate aliñado	Pasta s/huevo rehogada
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteos	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Patata + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogonero, lenguado y merluza

NO SE UTILIZARÁN CALDOS QUE PUEDAN CONTENER HUEVO. LÁCTEOS SIN HUEVO NI FRUTOS SECOS. PAN SIN SÉSAMO

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Raquel Aguado Puertas (MAD00423)
Graduado en Nutrición Humana y Dietética

Septiembre 2023
Colegio San Ignacio de Loyola

			MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Potaje de judías	Sopa de letras	Crema de verduras
			Pollo al ajillo	Tortilla paisana	Tacos de pescado
			Arroz	Tomates aliñados	Ensalada
			Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas			Verdura + Pescado + Fruta	Legumbre + Carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de berros	Potaje a la castellana	Crema de zanahoria	Ensalada de pasta	Potaje de lentejas
	Filete de ternera	Paella mixta	Pescado a la portuguesa con papas	Pollo a la plancha	Pizza
	Ensalada			Tomate aliñado	
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Sopa de estrellitas	Poteje de judías	Crema de calabaza	Potaje de verduras	Crema de calabacín
	Ternera con zanahoria y papas	Cinta de cerdo con arroz y salsa agridulce	Tacos de pescado con mojo	Tortilla española con jamón y tomate	Pollo al horno
			Ensalada		Pasta rehogada
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Arroz + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Crema de zanahoria	Potaje de verduras	Sopa de estrellitas	Potaje de lentejas	Crema castellana
	Arroz con tomate y tortilla francesa	Estofado de pollo	Lomo de cerdo a la plancha	Tacos de pescado	Filete de pavo a la plancha
		Zanahoria baby	Ensalada	Tomate aliñado	Pasta rehogada
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteos	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogonero, lenguado y merluza

LÁCTEOS SIN FRUTOS SECOS. PAN SIN SÉSAMO

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Raquel Aguado Puertas (MAD00423)
Graduado en Nutrición Humana y Dietética

Septiembre 2023
Colegio San Ignacio de Loyola

			MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Potaje de judías	Sopa de letras	Crema de verduras
			Pollo al ajillo	Tortilla paisana	Tacos de pescado
			Arroz	Tomates aliñados	Ensalada
			Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas			Verdura + Pescado + Fruta	Legumbre + Carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de berros	Potaje a la castellana	Crema de zanahoria	Ensalada de pasta	Potaje de lentejas
	Filete de ternera	Paella mixta	Pescado a la portuguesa con papas	Pollo a la plancha	Pizza
	Ensalada			Tomate aliñado	
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre Lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Sopa de estrellitas	Poteje de judías	Crema de calabaza	Potaje de verduras	Crema de calabacín
	Ternera con zanahoria y papas	Cinta de cerdo con arroz y salsa agridulce	Tacos de pescado con mojo	Tortilla española con jamón y tomate	Pollo al horno
			Ensalada		Pasta rehogada
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Arroz + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Crema de zanahoria	Potaje de verduras	Sopa de estrellitas	Potaje de lentejas	Crema castellana
	Arroz con tomate y tortilla francesa	Estofado de pollo	Lomo de cerdo a la plancha	Tacos de pescado	Filete de pavo a la plancha
		Zanahoria baby	Ensalada	Tomate aliñado	Pasta rehogada
	Postre Lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteos	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogonero, lenguado y merluza

LÁCTEOS SIN FRUTOS SECOS

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Raquel Aguado Puertas (MAD00423)
Graduado en Nutrición Humana y Dietética

Septiembre 2023
Colegio San Ignacio de Loyola

			MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Potaje de judías	Sopa de letras	Crema de verduras
			Pollo al ajillo	Tortilla paisana	Magro de cerdo en salsa
			Arroz	Tomates aliñados	Ensalada
			Fruta natural	Yogur de soja	Fruta natural
Propuesta Cenas			Verdura + Pescado + Fruta	Legumbre + Carne + Fruta	Patata + Huevo + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de berros	Potaje a la castellana	Crema de zanahoria	Ensalada de pasta (sin queso)	Potaje de lentejas
	Filete de ternera	Paella mixta (sin pescado ni marisco)	Filete de pavo con papas	Fingers de pollo caseros	Cinta de lomo a la plancha
	Ensalada			Tomate aliñado	
	Yogur de soja	Fruta natural	Fruta natural	Yogur de soja	Fruta natural
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Fruta	Verdura + Huevo + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Sopa de estrellitas	Poteje de judías	Crema de calabaza	Potaje de verduras	Crema de calabacín
	Ternera con zanahoria y papas	Cinta de cerdo con arroz y salsa agridulce	Pavo en salsa	Tortilla española con tomate	Pollo al horno
			Ensalada		Pasta rehogada
	Yogur de soja	Fruta natural	Fruta natural	Yogur de soja	Fruta natural
Propuesta Cenas	Arroz + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Crema de zanahoria	Potaje de verduras	Sopa de estrellitas	Potaje de lentejas	Crema castellana
	Arroz con tomate y tortilla francesa	Estofado de pollo	Lomo de cerdo a la plancha	Pollo al horno	Filete de pavo a la plancha
		Zanahoria baby	Ensalada	Tomate aliñado	Pasta rehogada
	Yogur de soja	Fruta natural	Fruta natural	Yogur de sojas	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Fruta

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogonero, lenguado y merluza

NO SE UTILIZARÁN PESCADOS NI CALDOS CONCENTRADOS QUE PUDIERAN CONTENER MOLUSCOS Y/O CRUSTÁCEOS NI LECHE

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Raquel Aguado Puertas (MAD00423)
Graduado en Nutrición Humana y Dietética

Septiembre 2023
Colegio San Ignacio de Loyola

			MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Potaje de judías (sin fructosa)	Sopa de letras	Crema de verduras (sin fructosa)
			Pollo al ajillo	Tortilla de papas	Tacos de pescado
			Arroz	Ensalada	Ensalada
			Yogur natural	Yogur natural	Yogur natural
Propuesta Cenas			Verdura + Pescado + Fruta	Legumbre + Carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de berros (sin fructosa)	Potaje a la castellana (sin fructosa)	Crema de champiñones	Ensalada de pasta (sin fructosa)	Potaje de lentejas (sin fructosa)
	Hamburguesa	Paella mixta (sin fructosa)	Pescado al horno con papas	Fingers de pollo caseros	Cinta de lomo a la plancha
	Ensalada			Papas asadas	
	Yogur natural	Yogur natural	Yogur natural	Yogur natural	Yogur natural
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Sopa de estrellitas	Poteje de judías (sin fructosa)	Crema de verduras (sin fructosa)	Potaje de verduras (sin fructosa)	Crema de calabacín
	Ternera a la plancha	Cinta de cerdo con arroz	Tacos de pescado al horno	Tortilla española con jamón	Pollo al horno
	Papas asadas		Ensalada		Pasta rehogada
	Yogur natural	Yogur natural	Yogur natural	Yogur natural	Yogur natural
Propuesta Cenas	Arroz + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Crema de champiñones	Potaje de verduras (sin fructosa)	Sopa de estrellitas	Potaje de lentejas (sin fructosa)	Crema castellana
	Tortilla francesa	Pollo a la plancha	Bistec de cerdo empanado	Tacos de pescado	Filete de pavo a la plancha
	Arroz	Ensalada	Ensalada	Papas asadas	Pasta rehogada
	Yogur natural	Yogur natural	Yogur natural	Yogur natural	Yogur natural
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogonero, lenguado y merluza

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Raquel Aguado Puertas (MAD00423)
Graduado en Nutrición Humana y Dietética

Septiembre 2023
Colegio San Ignacio de Loyola

			MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Potaje de judías (55g de judías 65g de patata) 2 R de HC	Sopa de letras s/huevo (45g de pasta) 1 R de HC	Crema de verduras (165g de patata) 3R de HC
			Pollo al ajillo	Pavo en salsa con patatas al horno (70g de patata) 2 R HC	Magro de cerdo en salsa
			Arroz (38g de arroz) 1 R de HC	Tomates aliñados	Ensalada
			Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC
Propuesta Cenas			Verdura + Ave + Fruta	Legumbre + Carne + Fruta	Patata + AVe + Lácteo
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Potaje de berros (97,5g de patata 75g de batata) 3 R de HC	Potaje a la castellana (sin huevo) (55g de garbanzos 32,5 g de patata) 1.5 R de HC	Crema de zanahoria (65g de patata 200g de zanahoria) 2 R de HC	Ensalada de pasta s/huevo (sin mayonesa ni queso) (135g de pasta) 3 R de HC	Potaje de lentejas (100g de lentejas 65g de patata) 3 R de HC
	Filete de ternera	Paella mixta (sin pescado) (57g de arroz) 1,5 R de HC	Filete de pavo con papas (65g de patata) 1 R de HC	Pollo a la plancha	Cinta de lomo a la plancha
	Ensalada			Tomate aliñado	
	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC
Propuesta Cenas	Patata + Carne + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Sopa de estrellitas s/huevo (45g de pasta) 1 R de HC	Potaje de judías (55g de judías 65g de patata) 2 R de HC	Crema de calabaza (167g de patata 100g de calabaza) 3 R de HC	Potaje de verduras (97,5g de patata 75g de batata) 3 R de HC	Crema de calabacín (97,5g de patata 150g de calabacín) 2 R de HC
	Ternera con zanahoria y papas (50 g de zanahoria 52,5 g de patata asada) 2 R de HC	Cinta de cerdo con arroz (38g de arroz) 1 R de HC	Pavo en salsa	Filete de pollo con tomate	Pollo al horno
			Ensalada		Pasta rehogada (45g de pasta) 1 R de HC
	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC
Propuesta Cenas	Arroz + Ave + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Ave + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Crema de zanahoria (32,5g de patata 100g de zanahoria) 1 R de HC	Potaje de verduras (97,5g de patata 75g de batata) 3 R de HC	Sopa de estrellitas s/huevo (90g de pasta) 2 R de HC	Potaje de lentejas (100g de lentejas 65g de patata) 3 R de HC	Crema de calabaza (65g de patata 200g de calabaza) 2 R de HC
	Arroz con tomate (57g de arroz 50g de tomate frito) 2 R de HC	Estofado de carne	Lomo de cerdo a la plancha	Pollo al horno	Filete de pavo a la plancha
		Zanahoria baby	Ensalada de arroz (38g de arroz) 1 R de HC	Tomate aliñado	Pasta rehogada (45g de pasta) 1 R de HC
	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo	Patata + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogonero, lenguado y merluza

NO SE UTILIZARÁN CALDOS QUE PUEDAN CONTENER MOLUSCOS Y/O CRUSTÁCEOS NI HUEVO

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

Raquel Aguado Puertas (MAD00423)
Graduado en Nutrición Humana y Dietética