SIN CERDO Enero 2024
Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
	Crema de calabaza	Potaje de judías (sin carne de cerdo)	Sopa de estrellas (caldo de ave)	Crema de calabacín	Potaje de lentejas (sin carne de cerdo)
	Macarrones con atún	Pollo al horno	Filete de pollo empanado	Paella mixta (sin carne de cerdo)	Pescado con papas
		Arroz	Ensalada		
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo
	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
	Sopa de letras (caldo de ave)	Potaje de verduras (sin carne de cerdo)	Crema de zanahoria	Potaje de berros (sin carne de cerdo)	Potaje de lentejas (sin carne de cerdo)
	Hamburguesa de pollo	Ropa vieja de pollo	Pescado con arroz	Tortilla de papas	Pizza de atún
	Ensalada de col			Tomate aliñado	
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Legumbre + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo
	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
	Sopa de letras (caldo de ave)	Crema de verduras	Potaje de judías (sin carne de cerdo)	Crema de calabaza	Potaje de lentejas (sin carne de cerdo)
	Albóndigas de pollo en salsa con papas	Pollo con salsa de champiñones	Fingers de pollo caseros	Ensalada de pasta con vinagreta/mayonesa	Croquetas de pollo/empanadillas de atún
		Arroz	Ensalada		Tomate aliñado
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Legumbre + Pescado + Fruta	Pasta + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo
	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
		Crema castellana	Potaje de lentejas (sin carne de cerdo)		
	FESTIVO	Macarrones a la boloñesa de pollo	Tortilla paisana con tomate		
		Fruta natural	Fruta natural		
Propuesta Cenas		Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + 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

mediterránea

SIN GLUTEN Enero 2024
Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
	Crema de calabaza	Potaje de judías	Sopa de estrellas (pasta s/gluten)	Crema de calabacín	Potaje de verduras
	Macarrones s/gluten con atún	Pollo al horno	Lomo de cerdo asado	Paella mixta	Pescado al horno con papas
		Arroz	Ensalada		
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo
	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
	Sopa de letras (pasta s/gluten)	Potaje de verduras	Crema de zanahoria	Potaje de berros	Potaje de garbanzos
	Filete de pollo a la plancha	Ropa vieja de pollo	Pescado al horno con arroz	Tortilla de papas	Lomo de cerdo con tomate
	Ensalada de col			Tomate aliñado	
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Legumbre + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo
	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
	Sopa de letras (pasta s/gluten)	Crema de verduras	Potaje de judías	Crema de calabaza	Potaje de verduras
	Pollo en salsa con papas	Cinta de cerdo con salsa de champiñones	Pollo al horno	Ensalada de pasta s/gluten con vinagreta/mayonesa	Lomo al horno en salsa
		Arroz	Ensalada		Tomate aliñado
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Legumbre + Pescado + Fruta	Pasta + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo
	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
		Crema castellana	Potaje de garbanzos		
	FESTIVO	Macarrones s/gluten a la boloñesa	Tortilla paisana con tomate		
		Fruta natural	Fruta natural		
Propuesta Cenas		Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + 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

mediterránea

SIN MARISCO Enero 2024
Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
	Crema de calabaza	Potaje de judías	Sopa de estrellas	Crema de calabacín	Potaje de lentejas
	Macarrones con atún	Pollo al horno	Bistec empanado	Paella de pollo	Lomo asado con papas
		Arroz	Ensalada		
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo
	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
	Sopa de letras	Potaje de verduras	Crema de zanahoria	Potaje de berros	Potaje de lentejas
	Hamburguesa	Ropa vieja de pollo	Pollo con arroz	Tortilla de papas	Lomo de cerdo con tomate
	Ensalada de col			Tomate aliñado	
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Legumbre + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo
	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
	Sopa de letras	Crema de verduras	Potaje de judías	Crema de calabaza	Potaje de lentejas
	Albóndigas en salsa con papas	Cinta de cerdo con salsa de champiñones	Fingers de pollo caseros	Ensalada de pasta con vinagreta/mayonesa	Lomo al horno en salsa
		Arroz	Ensalada		Tomate aliñado
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Legumbre + Pescado + Fruta	Pasta + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo
	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
		Crema castellana	Potaje de lentejas		
	FESTIVO	Macarrones a la boloñesa	Tortilla paisana con tomate y jamón		
		Fruta natural	Fruta natural		
Propuesta Cenas		Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + 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

mediterránea

SIN GAMBAS NI MARISCO Enero 2024
Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
	Crema de calabaza	Potaje de judías	Sopa de estrellas	Crema de calabacín	Potaje de lentejas
	Macarrones con atún	Pollo al horno	Bistec empanado	Paella de pollo	Lomo asado con papas
		Arroz	Ensalada		
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo
	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
	Sopa de letras	Potaje de verduras	Crema de zanahoria	Potaje de berros	Potaje de lentejas
	Hamburguesa	Ropa vieja de pollo	Pollo con arroz	Tortilla de papas	Lomo de cerdo con tomate
	Ensalada de col			Tomate aliñado	
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Legumbre + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo
	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
	Sopa de letras	Crema de verduras	Potaje de judías	Crema de calabaza	Potaje de lentejas
	Albóndigas en salsa con papas	Cinta de cerdo con salsa de champiñones	Fingers de pollo caseros	Ensalada de pasta con vinagreta/mayonesa	Lomo al horno en salsa
		Arroz	Ensalada		Tomate aliñado
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Legumbre + Pescado + Fruta	Pasta + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo
	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
		Crema castellana	Potaje de lentejas		
	FESTIVO	Macarrones a la boloñesa	Tortilla paisana con tomate y jamón		
		Fruta natural	Fruta natural		
Propuesta Cenas		Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + 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

mediterráneo

SIN HUEVO Enero 2024
Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
	Crema de calabaza	Potaje de judías	Sopa de estrellas (pasta s/huevo)	Crema de calabacín	Potaje de lentejas
	Macarrones s/huevo con atún	Pollo al horno	Lomo de cerdo asado	Paella mixta	Pescado al horno con papas
		Arroz	Ensalada		
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo
	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
	Sopa de letras (pasta s/huevo)	Potaje de verduras	Crema de zanahoria	Potaje de berros	Potaje de lentejas
	Filete de pollo a la plancha	Ropa vieja de pollo	Pescado al horno con arroz	Pollo en salsa	Lomo de cerdo con tomate
	Ensalada de col			Tomate aliñado	
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Legumbre + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo
	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
	Sopa de letras (pasta s/huevo)	Crema de verduras	Potaje de judías	Crema de calabaza	Potaje de lentejas
	Pollo en salsa con papas	Cinta de cerdo con salsa de champiñones	Finger de pollo caseros (s/huevo)	Ensalada de pasta s/huevo con vinagreta	Lomo al horno en salsa
		Arroz	Ensalada		Tomate aliñado
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Legumbre + Pescado + Fruta	Pasta + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo
	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
		Crema castellana	Potaje de lentejas		
	FESTIVO	Macarrones s/huevo a la boloñesa	Magro estofado		
		Fruta natural	Fruta natural		
Propuesta Cenas		Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + 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

mediterránea

SIN HUEVO NI FRUTOS SECOS Enero 2024
Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
	Crema de calabaza	Potaje de judías	Sopa de estrellas (pasta s/huevo)	Crema de calabacín	Potaje de lentejas
	Macarrones s/huevo con atún	Pollo al horno	Lomo de cerdo asado	Paella mixta	Pescado al horno con papas
		Arroz	Ensalada		
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo
	LUNES 15	**MARTES 16**	**MIÉRCOLES 17**	**JUEVES 18**	**VIERNES 19**
	Sopa de letras (pasta s/huevo)	Potaje de verduras	Crema de zanahoria	Potaje de berros	Potaje de lentejas
	Filete de pollo a la plancha	Ropa vieja de pollo	Pescado al horno con arroz	Pollo en salsa	Lomo de cerdo con tomate
	Ensalada de col			Tomate aliñado	
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Legumbre + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo
	LUNES 22	**MARTES 23**	**MIÉRCOLES 24**	**JUEVES 25**	**VIERNES 26**
	Sopa de letras (pasta s/huevo)	Crema de verduras	Potaje de judías	Crema de calabaza	Potaje de lentejas
	Pollo en salsa con papas	Cinta de cerdo con salsa de champiñones	Finger de pollo caseros (s/huevo)	Ensalada de pasta s/huevo con vinagreta	Lomo al horno en salsa
		Arroz	Ensalada		Tomate aliñado
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Legumbre + Pescado + Fruta	Pasta + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo
	LUNES 29	**MARTES 30**	**MIÉRCOLES 31**		
		Crema castellana	Potaje de lentejas		
	FESTIVO	Macarrones s/huevo a la boloñesa	Magro estofado		
		Fruta natural	Fruta natural		
Propuesta Cenas		Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + 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

mediterráneo

SIN FRUTOS SECOS Enero 2024
Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
	Crema de calabaza	Potaje de judías	Sopa de estrellas	Crema de calabacín	Potaje de lentejas
	Macarrones con atún	Pollo al horno	Lomo de cerdo asado	Paella mixta	Pescado con papas
		Arroz	Ensalada		
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo
	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
	Sopa de letras	Potaje de verduras	Crema de zanahoria	Potaje de berros	Potaje de lentejas
	Hamburguesa	Ropa vieja de pollo	Pescado con arroz	Tortilla de papas	Lomo de cerdo con tomate
	Ensalada de col			Tomate aliñado	
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Legumbre + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo
	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
	Sopa de letras	Crema de verduras	Potaje de judías	Crema de calabaza	Potaje de lentejas
	Albóndigas en salsa con papas	Cinta de cerdo con salsa de champiñones	Pollo al horno	Ensalada de pasta con vinagreta/mayonesa	Lomo al horno en salsa
		Arroz	Ensalada		Tomate aliñado
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Legumbre + Pescado + Fruta	Pasta + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo
	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
		Crema castellana	Potaje de lentejas		
	FESTIVO	Macarrones a la boloñesa	Tortilla paisana con tomate y jamón		
		Fruta natural	Fruta natural		
Propuesta Cenas		Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + 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

mediterráneo

SIN NUECES Enero 2024
Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
	Crema de calabaza	Potaje de judías	Sopa de estrellas	Crema de calabacín	Potaje de lentejas
	Macarrones con atún	Pollo al horno	Lomo de cerdo asado	Paella mixta	Pescado con papas
		Arroz	Ensalada		
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo
	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
	Sopa de letras	Potaje de verduras	Crema de zanahoria	Potaje de berros	Potaje de lentejas
	Hamburguesa	Ropa vieja de pollo	Pescado con arroz	Tortilla de papas	Lomo de cerdo con tomate
	Ensalada de col			Tomate aliñado	
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Legumbre + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo
	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
	Sopa de letras	Crema de verduras	Potaje de judías	Crema de calabaza	Potaje de lentejas
	Albóndigas en salsa con papas	Cinta de cerdo con salsa de champiñones	Pollo al horno	Ensalada de pasta con vinagreta/mayonesa	Lomo al horno en salsa
		Arroz	Ensalada		Tomate aliñado
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Legumbre + Pescado + Fruta	Pasta + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo
	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
		Crema castellana	Potaje de lentejas		
	FESTIVO	Macarrones a la boloñesa	Tortilla paisana con tomate y jamón		
		Fruta natural	Fruta natural		
Propuesta Cenas		Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + 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

mediterránea

SIN MARISCO NI PLV Enero 2024
Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
	Crema de calabaza	Potaje de judías	Sopa de estrellas	Crema de calabacín	Potaje de lentejas
	Macarrones con atún	Pollo al horno	Bistec empanado	Paella de pollo	Lomo asado con papas
		Arroz	Ensalada		
	Postre vegetal	Fruta natural	Fruta natural	Postre vegetal	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta
	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
	Sopa de letras	Potaje de verduras	Crema de zanahoria	Potaje de berros	Potaje de lentejas
	Filete de pollo a la plancha	Ropa vieja de pollo	Pollo con arroz	Tortilla de papas	Lomo de cerdo con tomate
	Ensalada de col			Tomate aliñado	
	Postre vegetal	Fruta natural	Fruta natural	Postre vegetal	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Legumbre + Pescado + Fruta	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Fruta
	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
	Sopa de letras	Crema de verduras	Potaje de judías	Crema de calabaza	Potaje de lentejas
	Pollo en salsa con papas	Cinta de cerdo con champiñones	Fingers de pollo caseros	Ensalada de pasta con vinagreta/mayonesa	Lomo al horno en salsa
		Arroz	Ensalada		Tomate aliñado
	Postre vegetal	Fruta natural	Fruta natural	Postre vegetal	Fruta natural
Propuesta Cenas	Legumbre + Pescado + Fruta	Pasta + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta
	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
		Crema castellana	Potaje de lentejas		
	FESTIVO	Macarrones a la boloñesa	Tortilla paisana con tomate		
		Fruta natural	Fruta natural		
Propuesta Cenas		Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + 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

mediterráneo

SIN FRUCTOSA Enero 2024
Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
	Crema de puerros	Potaje de judías (sin fructosa)	Sopa de estrellas	Crema de calabacín	Potaje de lentejas (sin fructosa)
	Macarrones con atún (sin tomate)	Pollo al horno	Bistec empanado	Paella mixta (sin tomate)	Pescado con papas
		Arroz	Ensalada (sin tomate)		
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo
	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
	Sopa de letras	Potaje de verduras (sin fructosa)	Crema de puerros	Potaje de berros (sin fructosa)	Potaje de lentejas (sin fructosa)
	Filete de pollo a la plancha	Ropa vieja de pollo (sin fructosa)	Pescado con arroz	Tortilla de papas	Lomo de cerdo con tomate
	Ensalada de col (sin tomate)			Ensalada (sin tomate)	
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Legumbre + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo
	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
	Sopa de letras	Crema de verduras (sin fructosa)	Potaje de judías (sin fructosa)	Crema de calabacín	Potaje de lentejas (sin fructosa)
	Pollo en salsa con papas	Cinta de cerdo con salsa de champiñones	Fingers de pollo caseros	Ensalada de pasta con vinagreta/mayonesa (sin tomate)	Croquetas/empanadillas
		Arroz	Ensalada (sin tomate)		Tomate aliñado
	Postre lácteo	Fruta natural	Fruta natural	Postre lácteo	Fruta natural
Propuesta Cenas	Legumbre + Pescado + Fruta	Pasta + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo
	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
		Crema castellana (sin fructosa)	Potaje de lentejas (sin fructosa)		
	FESTIVO	Macarrones a la boloñesa (sin tomate)	Tortilla paisana		
		Fruta natural	Fruta natural		
Propuesta Cenas		Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + 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

mediterráneo

SIN MARISCO, PESCADO NI KIWI. DIABÉTICO 5R Enero 2024
Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
	Crema de calabaza (32,5g de patata) 0,5 R de HC	Potaje de judías (55g de judías) R de HC 1	Sopa de estrellas (45g de pasta) 1 R de HC	Crema de calabacín (32,5g de patata) 0,5 R de HC	Potaje de lentejas (100g de lentejas) R de HC 2
	Macarrones con tomate y atún (90g de pasta 50g de tomate) 2,5 R de HC	Pollo al horno	Lomo de cerdo asado	Paella de pollo (95g de arroz) 2,5 R de HC	Lomo asado con papas (35g de patata) R de HC 1
		Arroz (76g de arroz) 2 R de HC	Patata asada (70g de patata) 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	Fruta natural y pan 2 R de HC
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Lácteo
	LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
	Sopa de letras (45g de pasta) 1 R de HC	Potaje de verduras (65g de patata) R de HC 1	Crema de zanahoria (65g de patata) 1 R de HC	Potaje de berros (97,5g de patata) 1,5 R de HC	Potaje de lentejas (100g de lentejas) R de HC 2
	Filete de pollo a la plancha	Ropa vieja de pollo (65g de patata) 1 R de HC	Pollo con arroz (76g de arroz) 2 R de HC	Tortilla de papas (45g de patata frita) 1,5 R de HC	Lomo de cerdo con tomate (50g de tomate) 0,5 R de HC
	Ensalada de col con arroz (76g de arroz) 2 R de HC			Tomate aliñado	
	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 3 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2,5 R de HC
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Legumbre + Pescado + Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + Lácteo
	LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
	Sopa de letras (45g de pasta) 1 R de HC	Crema de verduras (65g de patata) R de HC 1	Potaje de judías (165g de judías) 3 R de HC	Crema de calabaza (32,5g de patata) 0,5 R de HC	Potaje de lentejas (150g de lentejas) R de HC 3
	Pollo en salsa con papas (65g de patata) 1 R de HC	Cinta de cerdo con champiñones	Fingers de pollo caseros al horno	Ensalada de pasta con vinagreta (112,5g de pasta) 2,5 R de HC	Lomo al horno en salsa
		Arroz (76g de arroz) 2 R de HC	Ensalada		Tomate aliñado
	Fruta natural y pan 3 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	Legumbre + Pescado + Fruta	Pasta + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Lácteo
	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
	FESTIVO	Crema castellana (32,5g de patata) 0,5 R de HC	Potaje de lentejas (75g de lentejas) 1,5 R de HC		
		Macarrones a la boloñesa (90g de pasta 50g de tomate) 2,5 R de HC	Tortilla paisana con tomate y jamón (45g de patata frita) 1,5 R de HC		
		Fruta natural y pan 2 R de HC	Fruta natural y pan 2 R de HC		
Propuesta Cenas		Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Carne + 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

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA (NO KIWI)

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

mediterráneo