



MENÚ NOVIEMBRE 2022

COLEGIOS CASTILLA LA MANCHA

	LUNES 31	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
PRIMEROS			ESPIRALES SALTEADOS CON RAPE	JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS	ARROZ A LA CUBANA
SEGUNDOS	NO LECTIVO	FIESTA DE LOS SANTOS	MEDALLONES DE SOLOMILLO DE CERDO	SALMÓN A LA NARANJA	FILETE PAVO
GUARNICIÓN				MENESTRA SALTEADA	ENSALADA
POSTRE			FRUTA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN
Propuesta cena			VERDURA, PESCADO, FRUTA	PATATA, CARNE, FRUTA	VERDURA, PESCADO, LACTEO
	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
PRIMEROS	MACARRONES CARBONARA	GUISANTES ESTOFADAS	ARROZ CON POLLO	GARBANZOS SALTEADOS	CREMA DE VERDURAS
SEGUNDOS	MERLUZA A LA COSQUERA	BOQUERONES AL LIMÓN	TORTILLA CAMPERA	MAGRO DE CERDO CON TOMATE	HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO
GUARNICIÓN	ENSALADA	ENSALADA		YOGUR Y PAN	ENSALADA
POSTRE	FRUTA TEMPORADA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN		FRUTA TEMPORADA Y PAN
Propuesta cena	VERDURA, AVE, LÁCTEO	ARROZ, HUEVO, FRUTA	VERDURA, CARNE, LÁCTEO	PASTA, PESCADO, FRUTA	PATATA, PESCADO, FRUTA
	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
PRIMEROS	ARROZ MILANESA	SOPA DE COCIDO	ESPAGUETIS A LA MARINERA	COLIFLOR AL GRATEN	DIA DE LA ENSEÑANZA
SEGUNDOS	PECHUGA DE POLLO PLANCHA	COCIDO COMPLETO	CHULETAS DE SAJONIA	CAZÓN EN ADOBO	
GUARNICIÓN	ENSALADA		PATATA ASADA	ENSALADA	
POSTRE	FRUTA TEMPORADA Y PAN	FRUTA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN	
Propuesta cena	PASTA, PESCADO, LÁCTEO	PATATA, PESCADO, FRUTA	VERDURA, AVE, LACTEO	VERDURA, HUEVO, FRUTA	
	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
PRIMEROS	PATATAS CON CORDERO	LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ	CREMA DE ESPINACAS	JUDÍAS GUIADAS	CODITOS NAPOLITANA
SEGUNDOS	TORTILLA FRANCESA	LOMO DE CERDO ASADO	FRITURA ANDALUZA(MERLUZA, SEPIA, GAMBAS)	SALMÓN AL HORNO	CHULETAS DE PAVO AL AJILLO
GUARNICIÓN	TOMATE ALIÑADO	VERDURAS ASADAS		BERENJENA FRITA	ENSALADA
POSTRE	FRUTA TEMPORADA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN	YOGUR Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN
Propuesta cena	VERDURA, PESCADO, FRUTA	PASTA, HUEVO, FRUTA	ARROZ, CARNE, FRUTA	PATATA, PESCADO, LACTEO	VERDURA, PESCADO, FRUTA
	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
PRIMEROS	ARROZ A LA CUBANA	GUISANTES CON JAMÓN	LENTEJAS A LA CASTELLANA		
SEGUNDOS	EMPERADOR EN SALSA	JAMONCITOS DE POLLO EN PEPITORIA	BACALAO A LA VIZCAINA		
GUARNICIÓN	PATATAS DADO				
POSTRE	FRUTA TEMPORADA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN	FRUTA TEMPORADA Y PAN		
Propuesta cena	VERDURA, CARNE, LACTEO	VERDURA, PESCADO, FRUTA	VERDURA, HUEVO, FRUTA		

Fruta variada de temporada, el menú contiene agua y pan

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO.