

# MENÚ DEL COLEGIO MARISTAS SANTA MARÍA DE TOLEDO



## NOVIEMBRE 2022

## CELIACOS

	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
		ARROZ CON SALSA DE TOMATE	LENTEJAS A LA JARDINERA	GUISANTES CON HUEVO Y TOMATE O PURÉ DE PATATA (Patata, zanahoria, cebolla)
	DÍA FESTIVO	MERLUZA A LA PLANCHA CON JUDÍAS VERDES	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON ZANAHORIA Y CALABACÍN	SALMÓN A LA PLANCHA CON ENSALADA DE TOMATE
		PLÁTANO O KIWI	MANDARINA O KIWI	NARANJA O PERA
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
PAELLA MIXTA (verdura, marisco y pollo)	GARBANZOS GUIADOS CON ZANAHORIA Y TERNERA	SPAGUETTI SIN GLUTEN A LA BOLOGNESE	MENESTRA CON JAMÓN O SOPA DE PUERRO (Puerro, patata)	ALUBIAS PINTAS CON SOFRITO DE VERDURAS
SALCHICHAS DE POLLO CON PAPAS ASADAS	LOMO DE CERDO AL AJILLO CON ENSALADA DE LECHUGA	PALOMETA A LA PLANCHA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO	TORTILLA FRANCESA CON TOMATE	BACALAO AL HORNO CON ENSALADA DE ARROZ
MANZANA O PERA	PLÁTANO O MANDARINA	YOGURT O FRUTA	MANZANA O KIWI	PERA O NARANJA
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
LENTEJAS CON ARROZ	PANINI DE JAMÓN Y QUESO SIN GLUTEN	SOPA DE VERDURA (apio, cebolla, pimiento verde, zanahoria y patata)	JUDÍAS BLANCAS	
HAMBURGUESA FRESCA DE POLLO (BURGER MEAT)* (1) CON PATATAS	MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE TOMATE	HUEVOS FRITOS CON CALABACÍN	POLLO ASADO CON ENSALADA JULIANA	DÍA NO LECTIVO
PERA O MANZANA	YOGURT O FRUTA	NARANJA O KIWI	MANZANA O NARANJA	
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
CREMA DE CALABACÍN (Calabacín, patata, queso)	GARBANZOS CON CODILLO	MACARRONES SIN GLUTEN BOLOGNESE	LENTEJAS A LA JARDINERA	ARROZ MILANESA (verduras, guisantes y salchichas)
ALBÓNDIGAS (BURGUER MEAT) DE POLLO A LA JARDINERA * (1)	TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTOS VERDES	SALMÓN A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA	RAGÚ DE TERNERA CON ZANAHORIA	PALOMETA A LA PLANCHA CON ENSALADA
MANZANA O NARANJA	PLÁTANO O KIWI	YOGURT O FRUTA	MANZANA O PERA	NARANJA O MANZANA
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
ARROZ CON POLLO	GARBANZOS CON REPOLLO	LASAÑA SIN GLUTEN		
TORTILLA FRANCESA CON TOMATE	MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA TRICOLOR	LOMO DE CERDO AL AJILLO CON PATATAS DADO		
YOGURT O FRUTA	PLÁTANO O NARANJA	MANZANA O PERA		

\* (1): Presencia de sulfitos \*

\* Todos los menús están acompañados de pan sin gluten y agua. Todas las frutas consumidas son de temporada. \*

\*\*La fruta variada consta de: naranja, plátano, kiwi, manzana, pera, mandarina a elegir por el alumno/a.\*\*