

MENÚ DEL COLEGIO MARISTAS SANTA MARÍA DE TOLEDO



OCTUBRE 2022

CELIACOS

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
PAELLA MIXTA (verdura, marisco y pollo)	GARBANZOS GUISADOS 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 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
LENTEJAS CON ARROZ	PANINI DE JAMÓN Y QUESO SIN GLUTEN		JUDÍAS BLANCAS	GRATEN DE ESPIRALES SALTEADAS SIN GLUTEN
HAMBURGUESA FRESCA DE POLLO (BURGER MEAT)* (1) CON PATATAS	MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE TOMATE	DÍA FESTIVO	POLLO ASADO CON ENSALADA JULIANA	BOQUERONES CON SALTEADO MEDITERRÁNEO
PERA O MANZANA	YOGURT O FRUTA		MANZANA O NARANJA	MANDARINA O PERA
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
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 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
ARROZ CON POLLO	GARBANZOS CON REPOLLO	LASAÑA SIN GLUTEN	SOPA DE PESCADO Y MARISCO SIN GLUTEN * (1) (verdura, merluza, langostinos y mejillón)	JUDÍAS VERDES GRATINADAS O SOPA DE ZANAHORIA (zanahoria, cebolla y patata)
TORTILLA FRANCESA CON TOMATE	MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA TRICOLOR	LOMO DE CERDO AL AJILLO CON PATATAS DADO	POLLO ASADO CON GUISANTES	BACALAO AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE
YOGURT O FRUTA	PLÁTANO O NARANJA	MANZANA O PERA	MANDARINA O MANZANA	NARANJA O MANDARINA
LUNES 31				
CREMA DE CALABAZA (Calabaza, cebolla, patata)				
HUEVO FRITO CON PATATAS				
MANZANA O MANDARINA				

* (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.