

MENÚ OCTUBRE 2022/2023 COLEGIO SANTO TOMÁS

PRIMERA SEMANA	SEGUNDA SEMANA	TERCERA SEMANA	CUARTA SEMANA	QUINTA SEMANA
LUNES 3	LUNES 10	LUNES 17	LUNES 24	LUNES 31
ARROZ CON FRUTOS DEL MAR (rapa, pota, mejillón, marrajo, almeja y gamba) CONTRAMUSLOS DESHUESADOS CON ENSALADA (lechuga y tomate) FRUTA FRESCA/ PAN/ AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE PAVO	ENSALADA DE PASTA (pasta espiral, maíz, tomate, jamón, huevo y atún) SAN JACOBOS CON RODAJA DE TOMATE FRUTA FRESCA/PAN/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE PAVO	FIDEGUA A LA MARINERA (Rape, mejillones, almeja y gamba. Puerro, cebolla, ajo, zanahoria, tomate y pimienta) LOMO CON ENSALADA FRUTA FRESCA/PAN/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE PAVO	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMÓN MAGRO CON TOMATE Y PATATAS FRITAS FRUTA FRESCA/PAN/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE PAVO	FESTIVO
FIES	MARTES 11	MARTES 18	MARTES 25	MARTES
JUDIAS CON VERDURAS (cebolla, pimienta, tomate, ajo, zanahoria, acelga y patata) LIMANDA REBOZADA CON ZANAHORIA A LA PLANCHA FRUTA FRESCA/PAN/ AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,8,11 MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE CHOCOLATE	COCIDO MADRILEÑO SOPA DE FIDEOS GARBANZOS, POLLO, TERNERA, JAMÓN, JUDIA VERDE, ZANAHORIA, REPOLLO Y PATATAS FRUTA FRESCA/PAN/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y BOLLERÍA	JUDIAS CON VERDURAS (cebolla, pimienta, tomate, ajo, zanahoria, acelga y patata) BACALAO EN SALSA DE TOMATE CON CALABAZÍN A LA PLANCHA FRUTA FRESCA/PAN/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE NOCILLA	COCIDO MADRILEÑO SOPA DE FIDEOS GARBANZOS, POLLO, TERNERA, JAMÓN, JUDIA VERDE, ZANAHORIA, REPOLLO Y PATATAS FRUTA FRESCA/PAN/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y GALLETAS	
MIÉRCOLES 5	MIÉRCOLES 12	MIÉRCOLES 19	MIÉRCOLES 26	MIÉRCOLES
GUIÑANTES CON JAMÓN HAMBURGUESA COMPLETA (pan, carne, lechuga, tomate y cebolla) FRUTA FRESCA/ PAN INTEGRAL/ AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,5,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y FRUTA	FESTIVO	SOPA DE ESTRELLITAS CON VERDURAS (zanahoria, calabacín, espinacas, puerro y cebolla) TORTILLA DE PATATAS CON SALSA DE TOMATE FRUTA/PAN INTEGRAL/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y FRUTA	ARROZ CON VERDURAS (zanahoria, acelga, patata, cebolla, ajo y pimienta) LIMANDA REBOZADA CON ENSALADA (tomate y lechuga) YOGUR/ PAN INTEGRAL/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y FRUTA	
JUEVES 6	JUEVES 13	JUEVES 20	JUEVES 27	JUEVES
PURÉ DE VERDURAS (patata, calabacín, puerro, cebolla, judía verde, calabaza y zanahoria) SALMÓN A LA PLANCHA CON ENSALADA (tomate y lechuga) FRUTA FRESCA/ PAN/ AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE SALCHICHÓN	LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS (cebolla, ajo, pimienta, zanahoria, espinaca y patata) SARDINAS EN TEMPURA CON ENSALADA (lechuga, tomate y zanahoria) FRUTA FRESCA/ PAN/ AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE CHORIZO	LENTEJAS CON VERDURAS (cebolla, pimienta, ajo, acelga, zanahoria y patata) SALMÓN A LA PLANCHA CON ENSALADA (tomate y lechuga) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE SALCHICHÓN	LENTEJAS CON VERDURAS (cebolla, pimienta, tomate, ajo, zanahoria, acelga y patata) SARDINAS EN TEMPURA CON ENSALADA (lechuga, tomate y zanahoria) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11 MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE CHORIZO	
VIERNES 7	VIERNES 14	VIERNES 21	VIERNES 28	VIERNES
SPAGUETTI A LA BOLOÑESA TORTILLA DE PATATA CON TOMATE FRUTA FRESCA/PAN/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11	ARROZ BLANCO CON TOMATE Y HUEVO FRITO SALCHICHAS AL VINO CON RODAJA DE TOMATE FRUTA FRESCA/PAN/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11	PURÉ DE VERDURAS (patata, calabacín, puerro, cebolla, judía verde, calabaza y zanahoria) POLLO EN SALSA (cebolla, ajo, pimienta y tomate) con patatas fritas. FRUTA FRESCA/PAN/AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,6,8,11	MACARRONES A LA BOLOÑESA TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (lechuga, tomate y zanahoria) FRUTA FRESCA/PAN/ AGUA Alérgenos: 1,2,3,4,8,11	

MENÚ OCTUBRE 2022/2023 COLEGIO SANTO TOMÁS

LISTADO DE ALÉRGENOS

1. CEREALES
2. HUEVOS
3. LACTEOS
4. PESCADO
5. MOLUSCOS
6. CRUSTÁCEOS
7. CACAHUETES
8. SOJA
9. FRUTOS SECOS
10. SESAMO
11. APIO
12. MOSTAZA
13. ALTRAMUCES
14. SULFITOS

