OCTUBRE | COLEGIO PINEDA (hipocalórico)

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P ALBÓNDIGAS MIXTAS AL HORNO (12) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR desnatado (7) **3**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (1, 9) 2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **4**	1P ENSALADA DE ARROZ BICOLOR (2, 3, 4, 6, 9, 12, 14) 2P MERLUZA A LA PLANCHA (4) GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO **5**	1P MACARRONES INTEGRALES CON SOFRITO DE VERDURAS (tomate, zanahoria y cebolla) (1, 3) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO **6**	1P VICHYSSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7) 2P BURRITOS DE POLLO (1, 9, 10, 11) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO **7**
1P ARROZ INTEGRALES CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA DE BONIATO (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO **10**	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P LOMO A LA PLANCHA GU CUSCÚS (1, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO **11**	FIESTA **12**	1P FUSSILIS INTEGRALES CON HIERBAS AROMÁTICAS (1, 3) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ PO YOGUR desnatado (7) **13**	1P MENESTRA DE VERDURAS 2P BASTONCITOS DE POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PERA PO FRUTA DEL TIEMPO **14**
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P MACARRONES INTEGRALES A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 3, 6, 7, 8, 10, 11) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **17**	1P ARROZ INTEGRAL CUATRO DELICIAS (maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3) 2P PAVO A LA PLACHA GU PATATAS CALIU PO FRUTA DEL TIEMPO **18**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON QUINOA (1) 2P TORTILLA CASERA DE CALABACÍN (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO **19**	1P ACELGAS CON PATATAS 2P PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO YOGUR desnatado (7) **20**	1P PASTA INTEGRAL ALIÑADA CON ACEITE DE OLIVA (1, 3) 2P MERLUZA A LA PLANCHA (4) GU ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA) PO FRUTA DEL TIEMPO **21**
1P CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla y puerro) 2P PAVO A LA PLANCHA GU TOMATE ALIÑADO PO YOGUR desnatado (7) **24**	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES INTEGRAL (1, 9) 2P POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO FRUTA DEL TIEMPO **25**	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12) 2P HUEVOS REVUELTOS CON PATATAS (3) PO FRUTA DEL TIEMPO **26**	1P ARROZ INTEGRAL CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **27**	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **28**
FIESTA **31**				

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT000409)

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sesámo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108630489

OCTUBRE | COLEGIO PINEDA (rico en fibra)

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (12) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7) **3**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (1, 9) 2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **4**	1P ENSALADA DE ARROZ integral BICOLOR CON SALSA ROSA (opcional) (2, 3, 4, 6, 9, 12, 14) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4) GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO **5**	1P MACARRONES integrales CON SOFRITO DE VERDURAS (tomate, zanahoria y cebolla) (1, 3) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO **6**	1P VICHYSSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7) 2P BURRITOS DE POLLO (1, 9, 10, 11) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO **7**
1P ARROZ integral CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA DE BONIATO (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO **10**	1P CREMA DE VERDURAS (patata y cebolla) 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (1, 10, 11, 12) GU CUSCÚS (1, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO **11**	FIESTA **12**	1P FUSSILIS integrales CON SALSA ALFREDO (queso parmesano y mantequilla) (1, 3, 7, 9, 10, 11, 12) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ PO YOGUR (7) **13**	1P MENESTRA DE VERDURAS 2P BASTONCITOS DE POLLO REBOZADOS (1, 3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PERA Y QUESO (7) PO FRUTA DEL TIEMPO **14**
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 3, 6, 7, 8, 10, 11) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **17**	1P ARROZ integral CINCO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3, 6) 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12) GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO **18**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON QUINOA (1) 2P TORTILLA CASERA DE CALABACÍN (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO **19**	1P ACELGAS CON PATATAS 2P PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO YOGUR (7) **20**	1P PASTA integral CON SALSA DE PERA, CALABACÍN Y QUESO (1, 3, 7) 2P MERLUZA A LA ROMANA (con harina y huevo) (1, 3, 4) GU ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PIPAS CON OLIVADA (5, 8) PO FRUTA DEL TIEMPO **21**
1P CREMA DE VERDURAS (patata, cebolla y puerro) 2P BUTIFARRA A LA PLANCHA (12) GU TOMATE ALIÑADO PO YOGUR (7) **24**	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1, 9) 2P POLLO BROASTER (1, 3, 10, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO FRUTA DEL TIEMPO **25**	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS Y CRUJIENTE DE JAMÓN (3, 6, 7, 9, 12) PO FRUTA DEL TIEMPO **26**	1P ARROZ integral CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **27**	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **28**
FIESTA **31**				

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sesámo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT000409)

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108630489

OCTUBRE | ESCOLA PINEDA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P MANDONGUILLES MIXTES AMB SALSA DE CEBA I CANYELLA (12) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO IOGURT (7)	**4** 1P LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (1, 9) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA (3) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	**5** 1P AMANIDA D'ARRÒS BICOLOR AMB SALSA ROSA (opcional) (2, 3, 4, 6, 9, 12, 14) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS	**6** 1P MACARRONS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES (tomàquet, pastanaga i ceba) (1, 3) 2P PIT DE GALL DINDI A LA PLANXA AMB VINAGRETA DE LLIMONA (12) GU PÈSOLS SALTEJATS PO FRUITA DEL TEMPS	**7** 1P VICHYSSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) 2P BURRITOS DE POLLASTRE (1, 9, 10, 11) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS
10 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE MONIATO (3) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	**11** 1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P LLOM A LA PLANXA AMB SALSA CHIMICHURRI (1, 10, 11, 12) GU CUSCÚS (1, 6) PO FRUITA DEL TEMPS	**12** FESTA	**13** 1P FUSSILIS AMB SALSA ALFREDO (formatge parmesà i mantega) (1, 3, 7, 9, 10, 11, 12) 2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO PO IOGURT (7)	**14** 1P MINESTRA DE VERDURES 2P BASTONETS DE POLLASTRE ARREBOSSATS (1, 3) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB PERA I FORMATGE (7) PO FRUITA DEL TEMPS
17 1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2P MACARRONS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, 3, 6, 7, 8, 10, 11) PO FRUITA DEL TEMPS PROTEÏNA ORGEN VEGETAL	**18** 1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) (3, 6) 2P ESTOFAT DE GALL DINDI (12) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS	**19** 1P LLENTIES ESTOFADES AMB QUINOA (1) 2P TRUITA CASOLANA DE CARBASSÓ (3) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS	**20** 1P BLEDES AMB PATATES 2P PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA PO IOGURT (7)	**21** 1P LLACETS AMB SALSA DE PERA,CARBASSÓ I FORMATGE (1, 3, 7) 2P LLUÇ A LA ROMANA (amb farina i ou) (1, 3, 4) GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA (5, 8) PO FRUITA DEL TEMPS
24 1P CREMA DE CARBASSA (patata ,ceba i porro) 2P BOTIFARRA A LA PLANXA (12) GU TOMÀQUET AMANIT PO IOGURT (7)	**25** 1P BROU CASOLÀ D' AUS I VERDURES AMB PISTONS (1, 9) 2P POLLASTRE BROASTER (1, 3, 10, 12) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA PO FRUITA DEL TEMPS	**26** 1P CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) (12) 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES I CRUIXENT DE PERNIL (3, 6, 7, 9, 12) PO FRUITA DEL TEMPS	**27** 1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (4) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	**28** 1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES (1) PO FRUITA DEL TEMPS PROTEÏNA ORGEN VEGETAL
31 FESTA				

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT000409)

Gluten (1) · Crustacis (2) · Ous (3) · Peix (4) · Cacauet (5) · Soja (6) · Llet (7) · Fruits secs (8) · Api (9) · Mostassa (10) · Sèsam (11) · Sulfits (12) · Tramusos (13) · Mol·luscs (14)

OCTUBRE | COLEGIO PINEDA (sin carne)

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (1, 6) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7) PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **3**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (1, 9) 2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **4**	1P ENSALADA DE ARROZ BICOLOR sin pescado CON SALSA ROSA (opcional) (2, 3, 6, 9, 12,) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4) GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO **5**	1P MACARRONES CON SOFRITO DE VERDURAS (tomate, zanahoria y cebolla) (1, 3) 2P TORTILLA A LA FRANCESA (3) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO **6**	1P VICHYSSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7) 2P BURRITOS DE ATÚN (1, 2, 4, 9, 10, 11) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO **7**
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA DE BONIATO (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO **10**	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (1, 6) GU CUSCÚS (1, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **11**	FIESTA **12**	1P FUSSILIS CON SALSA ALFREDO (queso parmesano y mantequilla) (1, 3, 7, 9, 10, 11, 12) 2P CROQUETAS DE ESPINACAS (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ PO YOGUR (7) **13**	1P MENESTRA DE VERDURAS 2P BASTONCITOS DE MERLUZA REBOZADOS (1, 3 , 4) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PERA Y QUESO (7) PO FRUTA DEL TIEMPO **14**
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 3, 6, 7, 8, 10, 11) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **17**	1P ARROZ CUATRO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3) 2P CROQUETAS DE ESPINACAS (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12) GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO **18**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON QUINOA (1) 2P TORTILLA CASERA DE CALABACÍN (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO **19**	1P ACELGAS CON PATATAS 2P FINGERS DE MOZZARELLA (1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO YOGUR (7) **20**	1P LACITOS CON SALSA DE PERA, CALABACÍN Y QUESO (1, 3, 7) 2P MERLUZA A LA ROMANA (con harina y huevo) (1, 3, 4) GU ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PIPAS CON OLIVADA (5, 8) PO FRUTA DEL TIEMPO **21**
1P CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla y puerro) 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (1, 6) GU TOMATE ALIÑADO PO YOGUR (7) PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **24**	1P SOPA CASERA DE VERDURAS CON PISTONES (1, 9) 2P FINGERS DE MOZZARELLA (1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO FRUTA DEL TIEMPO **25**	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12) 2P HUEVOS ESTRELLADOS DE VERDURAS CON PATATAS (3, 6, 7, 9) PO FRUTA DEL TIEMPO **26**	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **27**	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **28**
FIESTA **31**				

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT000409)

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sésamo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108630489

OCTUBRE | COLEGIO PINEDA (sin cerdo)

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (12) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7) **3**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (1, 9) 2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **4**	1P ENSALADA DE ARROZ BICOLOR CON SALSA ROSA (opcional) (2, 3, 4, 6, 9, 12, 14) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4) GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO **5**	1P MACARRONES CON SOFRITO DE VERDURAS (tomate, zanahoria y cebolla) (1, 3) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO **6**	1P VICHYSSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7) 2P BURRITOS DE POLLO (1, 9, 10, 11) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO **7**
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA DE BONIATO (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO **10**	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (1, 10, 11, 12) GU CUSCÚS (1, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO **11**	FIESTA **12**	1P FUSSILIS CON SALSA ALFREDO (queso parmesano y mantequilla) (1, 3, 7, 9, 10, 11, 12) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ PO YOGUR (7) **13**	1P MENESTRA DE VERDURAS 2P BASTONCITOS DE POLLO REBOZADOS (1, 3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PERA Y QUESO (7) PO FRUTA DEL TIEMPO **14**
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 3, 6, 7, 8, 10, 11) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **17**	1P ARROZ CINCO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3, 6) 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12) GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO **18**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON QUINOA (1) 2P TORTILLA CASERA DE CALABACÍN (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO **19**	1P ACELGAS CON PATATAS 2P PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO YOGUR (7) **20**	1P LACITOS CON SALSA DE PERA, CALABACÍN Y QUESO (1, 3, 7) 2P MERLUZA A LA ROMANA (con harina y huevo) (1, 3, 4) GU ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PIPAS CON OLIVADA (5, 8) PO FRUTA DEL TIEMPO **21**
1P CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla y puerro) 2P PAVO A LA PLANCHA GU TOMATE ALIÑADO PO YOGUR (7) **24**	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1, 9) 2P POLLO BROASTER (1, 3, 10, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO FRUTA DEL TIEMPO **25**	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3, 6, 7, 9) PO FRUTA DEL TIEMPO **26**	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **27**	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **28**
FIESTA **31**				

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT000409)

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sésamo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108630489

OCTUBRE | COLEGIO PINEDA (sin frutos secos)

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (12) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7) **3**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (1, 9) 2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **4**	1P ENSALADA DE ARROZ BICOLOR CON SALSA ROSA (opcional) (2, 3, 4, 6, 9, 12, 14) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4) GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO **5**	1P MACARRONES CON SOFRITO DE VERDURAS (tomate, zanahoria y cebolla) (1, 3) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO **6**	1P VICHYSSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7) 2P BURRITOS DE POLLO (1, 9, 10, 11) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO **7**
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA DE BONIATO (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO **10**	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (1, 10, 11, 12) GU CUSCÚS (1, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO **11**	FIESTA **12**	1P FUSSILIS CON SALSA ALFREDO (queso parmesano y mantequilla) (1, 3, 7, 9, 10, 11, 12) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ PO YOGUR (7) **13**	1P MENESTRA DE VERDURAS 2P BASTONCITOS DE POLLO REBOZADOS (1, 3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PERA Y QUESO (7) PO FRUTA DEL TIEMPO **14**
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P MACARRONES A LA BOLOÑESA DE CHAMPIÑONES 1, 3) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **17**	1P ARROZ CINCO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3, 6) 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12) GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO **18**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON QUINOA (1) 2P TORTILLA CASERA DE CALABACÍN (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO **19**	1P ACELGAS CON PATATAS 2P PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO YOGUR (7) **20**	1P LACITOS CON SALSA DE PERA, CALABACÍN Y QUESO (1, 3, 7) 2P MERLUZA A LA ROMANA (con harina y huevo) (1, 3, 4) GU ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA CON OLIVADA PO FRUTA DEL TIEMPO **21**
1P CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla y puerro) 2P BUTIFARRA A LA PLANCHA (12) GU TOMATE ALIÑADO PO YOGUR (7) **24**	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1, 9) 2P POLLO BROASTER (1, 3, 10, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO FRUTA DEL TIEMPO **25**	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS Y CRUJIENTE DE JAMÓN (3, 6, 7, 9, 12) PO FRUTA DEL TIEMPO **26**	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **27**	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **28**
FIESTA **31**				

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT000409)

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sesámo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108630489

OCTUBRE | COLEGIO PINEDA (sin gluten)

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (12) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7) **3**	1P LENTEJAS sin gluten ESTOFADAS CON CALABAZA (9) 2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **4**	1P ENSALADA DE ARROZ BICOLOR CON SALSA ROSA (opcional) (2, 3, 4, 6, 9, 12, 14) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina sin gluten) (4) GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO **5**	1P MACARRONES sin gluten CON SOFRITO DE VERDURAS (tomate, zanahoria y cebolla) (3) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO **6**	1P VICHYSSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7) 2P BURRITOS sin gluten DE POLLO (9, 10, 11) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO **7**
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA DE BONIATO (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO **10**	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P LOMO A LA PLANCHA GU ENSALADA VARIADA PO FRUTA DEL TIEMPO **11**	FIESTA **12**	1P FUSSILIS sin gluten CON SALSA ALFREDO (queso parmesano y mantequilla) (3, 7, 9, 10, 11, 12) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ PO YOGUR (7) **13**	1P MENESTRA DE VERDURAS 2P BASTONCITOS DE POLLO REBOZADOS con pan sin gluten (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PERA Y QUESO (7) PO FRUTA DEL TIEMPO **14**
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P MACARRONES sin gluten A LA BOLOÑESA VEGETAL DE CHAMPIÑONES (3) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **17**	1P ARROZ CINCO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3, 6) 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12) GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO **18**	1P LENTEJAS sin gluten ESTOFADAS CON QUINOA 2P TORTILLA CASERA DE CALABACÍN (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO **19**	1P ACELGAS CON PATATAS 2P PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO YOGUR (7) **20**	1P PASTA sin gluten CON SALSA DE PERA, CALABACÍN Y QUESO (3, 7) 2P MERLUZA A LA ROMANA (con harina sin gluten y huevo) (3, 4) GU ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PIPAS CON OLIVADA (5, 8) PO FRUTA DEL TIEMPO **21**
1P CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla y puerro) 2P BUTIFARRA A LA PLANCHA (12) GU TOMATE ALIÑADO PO YOGUR (7) **24**	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES sin gluten (9) 2P POLLO REBOZADO CON PAN sin gluten (3) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO FRUTA DEL TIEMPO **25**	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS Y CRUJIENTE DE JAMÓN (3, 6, 7, 9, 12) PO FRUTA DEL TIEMPO **26**	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **27**	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P LENTEJAS sin gluten ESTOFADAS CON HORTALIZAS PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **28**
FIESTA **31**				

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT000409)

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sésamo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108630489

OCTUBRE | COLEGIO PINEDA (sin huevo)

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (12) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7) **3**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (1, 9) 2P HAMBURGUESAS DE TERNERA A LA PLANCHA (12) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **4**	1P ENSALADA DE ARROZ BICOLOR sin huevo (2, 4, 6, 9, 12, 14) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4) GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO **5**	1P MACARRONES sin huevo CON SOFRITO DE VERDURAS (tomate, zanahoria y cebolla) (1) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO **6**	1P VICHYSSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7) 2P BURRITOS DE POLLO (1, 9, 10, 11) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO **7**
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO **10**	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (1, 10, 11, 12) GU CUSCÚS (1, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO **11**	FIESTA **12**	1P FUSSILIS sin huevo CON HIERBAS AROMÁTICAS (1) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ PO YOGUR (7) **13**	1P MENESTRA DE VERDURAS 2P BASTONCITOS DE POLLO REBOZADOS sin huevo (1) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PERA Y QUESO (7) PO FRUTA DEL TIEMPO **14**
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P MACARRONES sin huevo A LA BOLOÑESA VEGETAL DE CHAMPIÑONES (1) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **17**	1P ARROZ CUATRO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, guisantes y zanahoria) (6) 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12) GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO **18**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON QUINOA (1) 2P PESCADO A LA PLANCHA (14) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO **19**	1P ACELGAS CON PATATAS 2P PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO YOGUR (7) **20**	1P PASTA sin huevo CON SALSA DE PERA, CALABACÍN Y QUESO sin huevo (1, 7) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (con harina) (1, 4) GU ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PIPAS CON OLIVADA (5, 8) PO FRUTA DEL TIEMPO **21**
1P CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla y puerro) 2P BUTIFARRA A LA PLANCHA (12) GU TOMATE ALIÑADO PO YOGUR (7) **24**	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES sin huevo (1, 9) 2P POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO FRUTA DEL TIEMPO **25**	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12) 2P PAVO A LA PLANCHA CON PATATAS PO FRUTA DEL TIEMPO **26**	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **27**	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **28**
FIESTA **31**				

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT000409)

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sésamo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108630489

OCTUBRE | COLEGIO PINEDA (sin lactosa)

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (12) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR sin lactosa **3**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (1, 9) 2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **4**	1P ENSALADA DE ARROZ BICOLOR CON SALSA ROSA (opcional) (2, 3, 4, 6, 9, 12, 14) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4) GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO **5**	1P MACARRONES CON SOFRITO DE VERDURAS (tomate, zanahoria y cebolla) (1, 3) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO **6**	1P CREMA DE PUERRO (sin lácteos) 2P BURRITOS DE POLLO (1, 9, 10, 11) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO **7**
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA DE BONIATO (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO **10**	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (1, 10, 11, 12) GU CUSCÚS (1, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO **11**	FIESTA **12**	1P FUSSILIS CONHIERBAS AROMÁTICAS (1, 3) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ PO YOGUR sin lactosa **13**	1P MENESTRA DE VERDURAS 2P BASTONCITOS DE POLLO REBOZADOS (1, 3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PERA PO FRUTA DEL TIEMPO **14**
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL DE CHAMPINYONES (1, 3) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **17**	1P ARROZ CINCO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3, 6) 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12) GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO **18**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON QUINOA (1) 2P TORTILLA CASERA DE CALABACÍN (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO **19**	1P ACELGAS CON PATATAS 2P PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO YOGUR sin lactosa **20**	1P LACITOS CON SALSA DE PERA, CALABACÍN sin queso (1, 3) 2P MERLUZA A LA ROMANA (con harina y huevo) (1, 3, 4) GU ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PIPAS CON OLIVADA (5, 8) PO FRUTA DEL TIEMPO **21**
1P CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla y puerro) 2P BUTIFARRA A LA PLANCHA (12) GU TOMATE ALIÑADO PO YOGUR sin lactosa **24**	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1, 9) 2P POLLO BROASTER (1, 3, 10, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO FRUTA DEL TIEMPO **25**	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS Y CRUJIENTE DE JAMÓN sin lactosa (3, 6, 9, 12) PO FRUTA DEL TIEMPO **26**	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **27**	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1) PO FRUTA DEL TIEMPO PROTEÍNA ORGEN VEGETAL **28**
FIESTA **31**				

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT000409)

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sésamo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108630489

OCTUBRE | COLEGIO PINEDA (OVOLACTOVEGETARIANO)

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (1, 6) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7) **3**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (1, 9) 2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **4**	1P ENSALADA DE ARROZ BICOLOR sin pescado CON SALSA ROSA (opcional) (2, 3, 6, 9, 12,) 2P CROQUETAS DE ESPINACAS (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12) GU TOMATE ALIÑADO PO FRUTA DEL TIEMPO **5**	1P MACARRONES CON SOFRITO DE VERDURAS (tomate, zanahoria y cebolla) (1, 3) 2P TORTILLA A LA FRANCESA (3) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO **6**	1P VICHYSSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7) 2P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO **7**
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA DE BONIATO (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO **10**	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA A LA PLANCHA (1, 6) GU CUSCÚS (1, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO **11**	FIESTA **12**	1P FUSSILIS CON SALSA ALFREDO (queso parmesano y mantequilla) (1, 3, 7, 9, 10, 11, 12) 2P CROQUETAS DE ESPINACAS (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ PO YOGUR (7) **13**	1P MENESTRA DE VERDURAS 2P TORTILLA A LA FRANCESA (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PERA Y QUESO (7) PO FRUTA DEL TIEMPO **14**
1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 3, 6, 7, 8, 10, 11) PO FRUTA DEL TIEMPO **17**	1P ARROZ CUATRO DELICIAS (maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3) 2P CROQUETAS DE ESPINACAS (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12) GU PATATAS FRITAS PO FRUTA DEL TIEMPO **18**	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON QUINOA (1) 2P TORTILLA CASERA DE CALABACÍN (3) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO **19**	1P BRÓCOLI CON PATATAS 2P FINGERS DE MOZZARELLA (1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO YOGUR (7) **20**	1P LACITOS CON SALSA DE PERA, CALABACÍN Y QUESO (1, 3, 7) 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA A LA PLANCHA (1, 6) GU ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PIPAS CON OLIVADA (5, 8) PO FRUTA DEL TIEMPO **21**
1P CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla y puerro) 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA A LA PLANCHA (1, 6) GU TOMATE ALIÑADO PO YOGUR (7) **24**	1P SOPA CASERA DE VERDURAS CON PISTONES (1, 9) 2P FINGERS DE MOZZARELLA (1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO FRUTA DEL TIEMPO **25**	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12) 2P HUEVOS ESTRELLADOS DE VERDURAS CON PATATAS (3, 6, 7, 9) PO FRUTA DEL TIEMPO **26**	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P CROQUETAS DE ESPINACAS (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO **27**	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1) PO FRUTA DEL TIEMPO **28**
FIESTA **31**				

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT000409)

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sésamo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108630489