

SEPTIEMBRE | COLEGIO PINEDA (bajo en fructosa)

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
MACARRONES CON QUESO RALLADO (1, 7, T3, T6, T10) 2P TORTILLA DE PATATAS (3) GU ENSALADA* PO YOGUR (7)	*VERDURA Y HORTALIZAS: Acelga, brócoli, alcachofa, champiñones, lechuga, patata, rábano, endivia, espinacas, espárrago, calabacín, col, calabaza, calabacín, coliflor, pepino, puerro **FRUTA DEL TIEMPO : Naranja, melocotón, albaricoque, melón, sandía, fresa, mora, frambuesa, piña y plátano pequeño.	Bienvenidos	Festivo	1P VERDURA PERMITIDA CON PATATA* 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA GU ENSALADA* PO FRUTA DE TEMPORADA
8	9	10	11	12
1P VERDURA* CON PATATAS AL VAPOR ESPAGUETIS CON ATÚN (1, T6, T10) 2P PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ARROZ CON HIERBAS AROMÁTICAS 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P CREMA DE VERDURAS* LOMO A LA PLANCHA 2P GU ENSALADA* PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON CHAMPIÑONES 2P MERLUZA AL HORNO (4) GU ENSALADA * PO FRUTA DE TEMPORADA	1P VERDURA DE TEMPORADA CON PATATA* 2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3, 10) GU ENSALADA* PO FRUTA DE TEMPORADA
15	16	17	18	19
1P RISOTTO DE SETAS Y CALABAZA (7, 9, T3) 2P MERLUZA A LA PLANCHA (4) GU ENSALADA* PO FRUTA DE TEMPORADA	1P VERDURA CON PATATA* TORTILLA DE PATATAS (3) 2P GU ENSALADA * PO YOGUR (7)	Festivo	1P ENSALADA COMPLETA* (con atun y queso fresco) (3, 4, 7, T3) LOMO A LA PLANCHA 2P PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ENSALADA DE FUSSILIS INTEGRALES (tomate, aceitunas verdes, atún, maíz y orégano) (1, 4, T6, T10) 2P POLLO RUSTIDO AL HORNO GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA
22	23	24	25	26
1P CREMA DE VERDURAS* 2P PIZZA CASERA DE JAMÓN sin salsa de tomate (mozzarella y aceitunas) (1, 7) GU PATATAS CHIPS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ARROZ SALTEADO 2P HAMBURGUESA DE TERNERA AL APLANCHA (12) GU ENSALADA * PO YOGUR (7)			
29	30			



SEPTIEMBRE | COLEGIO PINEDA (hipocalórico)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1	2	3 <i>Bienvenidos</i>	4	5
1P MACARRONES A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1,T6, T10) 2P TORTILLA FRANCESA (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO YOGUR DESNATADO (7)	1P CREMA DE CALABACÍN (con cebolla y patata) 2P POLLO A LA PLANCHA GU CUSCÚS SALTEADO (1, 7, T6, T10) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE GARBANZOS (olivas negras, atún, zanahoria rallada y dados de tomate) (4, 12) 2P BACALAO AL HORNO (2, 4, 14) PO FRUTA DE TEMPORADA	<i>Festivo</i>	1P ENSALADILLA RUSA (3, 4, T3) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
8	9	10	11	12
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 6, T1, T2, T3, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ENSALADA DE LENTEJAS (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (1, 4) 2P TORTILLA FRANCESA (3) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P CREMA DE CALABAZA (patata y cebolla) 2P LOMO A LA PLANCHA GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO YOGUR DESNATADO (7)	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P MERLUZA AL HORNO (2, 4, 14) ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ GU PO FRUTA DE TEMPORADA	1P HUMMUS CASERO CON BASTONCITOS DE PAN (1, 6, 11, 12) 2P POLLO A LA PLANCHA ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS Y TOMATE GU PO FRUTA DE TEMPORADA
15	16	17	18	19
1P ARROZ CON SETAS Y CALABAZA (7, 9, T3) 2P ALBÓNDIGAS DE PESCADO AL HORNO (1, 2, 3, 4, 9, 14, T2, T3, T4, T7) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DE TEMPORADA	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla,ajos,pimientos y tomate) (12) 2P TORTILLA DE AJOS TIERNOS (3) ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS GU PO YOGUR DESNATADO (7)	<i>Festivo</i>	1P ENSALADA VERDURAS 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate) (T1) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE FUSSILIS INTEGRALES (tomate, aceitunas verdes, atún, maíz y orégano) (1, 4, T6, T10) 2P POLLO A LA PLANCHA ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ GU PO FRUTA DE TEMPORADA
22	23	24	25	26
1P CREMA DE PUERROS, PATATA Y ZANAHORIA 2P PIZZA CASERA DE JAMÓN (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7) GU ENSALADA PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS 2P HAMBURGUESA VEGETAL DE TOFU, SETAS Y MANZANA A LA PLANCHA (6) ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE GU PO YOGUR DESNATADO (7)	<i>Festivo</i>	25	26
29	30			



SEPTIEMBRE | COLEGIO PINEDA (ovolactovegetarià)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1	2	3 <i>Bienvenidos</i>	4	5
1P MACARRONES A LA NAPOLITANA CON QUESO RALLADO (salsa de tomate casera) (1, 7, T3, T6, T10) 2P TORTILLA DE PATATAS (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABACÍN (con cebolla y patata) 2P TOFU AL HORNO (1, 6) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 7, T6, T10) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE GARBANZOS (olivas negras, zanahoria rallada y dados de tomate) (12) 2P VERDURAS AL VAPOR PO FRUTA DE TEMPORADA	<i>Festivo</i>	1P MENESTRA DE VERDURAS 2P SALCHICHAS VEGETALES A LA PLANCHA (1, 6) GU ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
8	9	10	11	12
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 6, T1, T2, T3, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ENSALADA DE LENTEJAS (olivas negras, zanahoria y tomate) (1,) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P CREMA DE CALABAZA (patata y cebolla) 2P TOFU SALTEADO (1, 6) GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P HAMBURGUESA VEGETAL A LA PLANCHA (1, 6) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA	1P HUMMUS CASERO CON BASTONCITOS DE PAN (1, 6, 11, 12) 2P BASTONCITOS DE MOZARELLA (1, 3, 7, T8) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
15	16	17	18	19
1P RISOTTO DE SETAS Y CALABAZA (7, 9, T3) 2P ALBÓNDIGAS DE GARBANZO EN SALSA (1, 6) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajos, pimientos y tomate) (12) 2P TORTILLA DE PATATAS CON AJOS TIERNOS (3) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS PO YOGUR (7)	<i>Festivo</i>	1P ENSALADA COMPLETA VEGETARIANA (3, 7) 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate) (T1) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE FUSSILIS INTGRALES (tomate, aceitunas verdes,, maíz y orégano) (1, T6, T10) 2P TOFU GUISADO (1, 6) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA
22	23	24	25	26
1P CREMA DE PUERROS, PATATA Y ZANAHORIA 2P PIZZA CASERA DE CHAMPIÑONES (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7) GU PATATAS CHIPS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS 2P HAMBURGUESA VEGETAL DE TOFU, SETAS Y MANZANA (6) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO YOGUR (7)			
29	30			



SEPTIEMBRE | COLEGIO PINEDA (rico en fibra)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1	2	3	4	5
1P MACARRONES integrales A LA NAPOLITANA CON QUESO RALLADO (salsa de tomate casera) (1, 7, T3, T6, T10) 2P TORTILLA DE PATATAS (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABACÍN (con cebolla y patata) 2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 7, T6, T10) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE GARBANZOS (olivas negras, atún, zanahoria rallada y dados de tomate) (4, 12) 2P BACALAO CON SANFAINA(1, 2, 4, 14) PO FRUTA DE TEMPORADA	Festivo	1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (3, 4, T3) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
8	9	10	11	12
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 6, T1, T2, T3, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ENSALADA DE LENTEJAS (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (1, 4) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P CREMA DE VERDURAS 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO YOGUR (7)	1P ARROZ integral CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 2, 4, 9, 14, T4) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA	1P HUMMUS CASERO CON BASTONCITOS DE PAN (1, 6, 11, 12) 2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3, 10) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
15	16	17	18	19
1P RISOTTO DE SETAS Y CALABAZA (7, 9, T3) 2P ALBÓNDIGAS DE PESCADO EN SALSA MARINERA (1, 2, 3, 4, 9, 14, T2, T3, T4, T7) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla,ajos,pimientos y tomate) (12) 2P TORTILLA DE PATATAS CON AJOS TIERNOS (3) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS PO YOGUR (7)	Festivo	1P ENSALADA COMPLETA (con atun y queso fresco) (3, 4, 7, T3) 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate) (T1) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE FUSSILIS INTGRALES (tomate, aceitunas verdes, atún, maíz y orégano) (1, 4, T6, T10) 2P POLLO RUSTIDO AL HORNO GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA
22	23	24	25	26
1P CREMA DE PUERROS y PATATA 2P PIZZA CASERA DE JAMÓN (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7) GU PATATAS CHIPS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ARROZ integral CON SOFRITO DE HORTALIZAS 2P HAMBURGUESA VEGETAL DE TOFU, SETAS Y MANZANA (6) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO YOGUR (7)		YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR PAN INTEGRAL	
29	30			

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT002342)



SEPTIEMBRE | COLEGIO PINEDA (sin carne)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1	2	3	4	5
MACARRONES A LA NAPOLITANA CON QUESO RALLADO (salsa de tomate casera) (1, 7, T3, T6, T10) TORTILLA DE PATATAS (3) ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ YOGUR (7)	CREMA DE CALABACÍN (con cebolla y patata) MERLUZA A LA PLANCHA (4) CUSCÚS SALTEADO (1, 7, T6, T10) FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE GARBANZOS (olivas negras, atún, zanahoria rallada y dados de tomate) (4, 12) BACALAO CON SANFAINA(1, 2, 4, 14) FRUTA DE TEMPORADA	<i>Festivo</i>	ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (3, 4, T3) SALCHICHAS VEGETALES A LA PLANCHA (1, 6) ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA
8	9	10	11	12
JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 6, T1, T2, T3, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE LENTEJAS (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (1, 4) HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3) FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CALABAZA (patata y cebolla) PESCADO BLANCO AL HORNO (4) TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS YOGUR (7)	ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 2, 4, 9, 14, T4) ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ FRUTA DE TEMPORADA	HUMMUS CASERO CON BASTONCITOS DE PAN (1, 6, 11, 12) BASTONCITOS DE MOZARELLA (1, 3, 7, T8) ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA
15	16	17	18	19
RISOTTO DE SETAS Y CALABAZA (7, 9, T3) ALBÓNDIGAS DE PESCADO EN SALSA MARINERA (1, 2, 3, 4, 9, 14, T2, T3, T4, T7) GUISANTES SALTEADOS FRUTA DE TEMPORADA	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla,ajos,pimientos y tomate) (12) TORTILLA DE PATATAS CON AJOS TIERNOS (3) ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS YOGUR (7)	<i>Festivo</i>	ENSALADA COMPLETA (con atun y queso fresco) (3, 4, 7, T3) LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate) (T1) FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE FUSSILIS INTGRALES (tomate, aceitunas verdes, atún, maíz y orégano) (1, 4, T6, T10) MERLUZA AL HORNO (4) ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ FRUTA DE TEMPORADA
22	23	24	25	26
CREMA DE PUERROS, PATATA Y ZANAHORIA PIZZA CASERA DE CHAMPIÑONES (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7) PATATAS CHIPS FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS HAMBURGUESA VEGETAL DE TOFU, SETAS Y MANZANA (6) ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE YOGUR (7)	<i>Festivo</i>	<i>Festivo</i>	<i>Festivo</i>
29	30			



SEPTIEMBRE | COLEGIO PINEDA (sin cerdo)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1	2	3 <i>Bienvenidos</i>	4	5
1P MACARRONES A LA NAPOLITANA CON QUESO RALLADO (salsa de tomate casera) (1, 7, T3, T6, T10) 2P TORTILLA DE PATATAS (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABACÍN (con cebolla y patata) 2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 7, T6, T10) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE GARBANZOS (olivas negras, atún, zanahoria rallada y dados de tomate) (4, 12) 2P BACALAO CON SANFAINA(1, 2, 4, 14) PO FRUTA DE TEMPORADA	<i>Festivo</i>	1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (3, 4, T3) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
8	9	10	11	12
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 6, T1, T2, T3, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ENSALADA DE LENTEJAS (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (1, 4) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P CREMA DE CALABAZA (patata y cebolla) 2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 2, 4, 9, 14, T4) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA	1P HUMMUS CASERO CON BASTONCITOS DE PAN (1, 6, 11, 12) 2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3, 10) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
15	16	17	18	19
1P RISOTTO DE SETAS Y CALABAZA (7, 9, T3) 2P ALBÓNDIGAS DE PESCADO EN SALSA MARINERA (1, 2, 3, 4, 9, 14, T2, T3, T4, T7) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla,ajos,pimientos y tomate) (12) 2P TORTILLA DE PATATAS CON AJOS TIERNOS (3) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS PO YOGUR (7)	<i>Festivo</i>	1P ENSALADA COMPLETA (con atun y queso fresco) (3, 4, 7, T3) 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate) (T1) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE FUSSILIS INTGRALES (tomate, aceitunas verdes, atún, maíz y orégano) (1, 4, T6, T10) 2P POLLO RUSTIDO AL HORNO GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA
22	23	24	25	26
1P CREMA DE PUERROS, PATATA Y ZANAHORIA 2P PIZZA CASERA DE CHAMPIÑONES (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7) GU PATATAS CHIPS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS 2P HAMBURGUESA VEGETAL DE TOFU, SETAS Y MANZANA (6) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO YOGUR (7)			
29	30			



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
www.tuv.com
ID 910830489

SEPTIEMBRE | COLEGIO PINEDA (sin frutos secos)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1	2	3 <i>Bienvenidos</i>	4	5
1P MACARRONES A LA NAPOLITANA CON QUESO RALLADO (salsa de tomate casera) (1, 7, T3, T6, T10) 2P TORTILLA DE PATATAS (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABACÍN (con cebolla y patata) 2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL (1, 6) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 7, T6, T10) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE GARBANZOS (olivas negras, atún, zanahoria rallada y dados de tomate) (4, 12) 2P BACALAO CON SANFAINA(1, 2, 4, 14) PO FRUTA DE TEMPORADA	<i>Festivo</i>	1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (3, 4, T3) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
8	9	10	11	12
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA VEGETAL DE CHAMPIÑONES (1, T6, T10) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ENSALADA DE LENTEJAS (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (1, 4) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P CREMA DE CALABAZA (patata y cebolla) 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 2, 4, 9, 14, T4) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA	1P HUMMUS CASERO CON BASTONCITOS DE PAN sin fs (1, 6, 12) 2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3, 10) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
15	16	17	18	19
1P RISOTTO DE SETAS Y CALABAZA (7, 9, T3) 2P ALBÓNDIGAS DE PESCADO EN SALSA MARINERA (1, 2, 3, 4, 9, 14, T2, T3, T4, T7) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajos, pimientos y tomate) (12) 2P TORTILLA DE PATATAS CON AJOS TIERNOS (3) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS PO YOGUR (7)	<i>Festivo</i>	1P ENSALADA COMPLETA (con atun y queso fresco) (3, 4, 7, T3) 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate) (T1) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE FUSSILIS INTGRALES (tomate, aceitunas verdes, atún, maíz y orégano) (1, 4, T6, T10) 2P POLLO RUSTIDO AL HORNO GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA
22	23	24	25	26
1P CREMA DE PUERROS, PATATA Y ZANAHORIA 2P PIZZA CASERA DE JAMÓN (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7) GU PATATAS CHIPS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS 2P HAMBURGUESA VEGETAL DE TOFU, SETAS Y MANZANA (6) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO YOGUR (7)	29	30	30



SEPTIEMBRE | COLEGIO PINEDA (sin gluten)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1	2	3 	4	5
1P MACARRONES sin gluten A LA NAPOLITANA CON QUESO RALLADO (salsa de tomate casera) (7, T3) 2P TORTILLA DE PATATAS (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABACÍN (con cebolla y patata) 2P POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE GARBANZOS (olivas negras, atún, zanahoria rallada y dados de tomate) (4, 12) 2P BACALAO CON SANFAINA sin gluten (2, 4, 14) PO FRUTA DE TEMPORADA	Festivo	1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (3, 4, T3) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
8	9	10	11	12
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR ESPAGUETIS sin gluten A LA BOLOÑESA 2P VEGETAL DE LENTEJAS sin gluten PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ENSALADA DE LENTEJAS sin gluten (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (4) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P CREMA DE CALABAZA (patata y cebolla) 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) sin gluten (2, 4, 9, 14, T4) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA	1P HUMMUS CASERO CON BASTONCITOS DE PAN sin gluten (6, 11, 12) 2P POLLO REBOZADO (huevo y pan rallado sin gluten) (3, 10) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
15	16	17	18	19
1P RISOTTO DE SETAS Y CALABAZA (7, 9, T3) 2P LOMO EN SALSA GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajos, pimientos y tomate) (12) 2P TORTILLA DE PATATAS CON AJOS TIERNOS (3) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS PO YOGUR (7)	Festivo	1P ENSALADA COMPLETA (con atun y queso fresco) (3, 4, 7, T3) LENTEJAS sin gluten ESTOFADAS CON 2P ARROZ (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE FUSSILIS sin gluten (tomate, aceitunas verdes, atún, maíz y orégano) (4) 2P POLLO RUSTIDO AL HORNO GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA
22	23	24	25	26
1P CREMA DE PUERROS, PATATA Y ZANAHORIA 2P PIZZA CASERA DE JAMÓN sin gluten (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (7) GU PATATAS CHIPS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS 2P HAMBURGUESA VEGETAL DE TOFU, SETAS Y MANZANA (6) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO YOGUR (7)		 	
29	30			



SEPTIEMBRE | COLEGIO PINEDA (sin huevo)

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1	2	3 <i>Bienvenidos</i>	4	5
1P MACARRONES A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1, T6, T10) 2P LOMO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABACÍN (con cebolla y patata) 2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 7, T6, T10) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE GARBANZOS (olivas negras, atún, zanahoria rallada y dados de tomate) (4, 12) 2P BACALAO CON SANFAINA(1, 2, 4, 14) PO FRUTA DE TEMPORADA	<i>Festivo</i>	1P MENESTRA DE VERDURAS AL VAPOR 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
8	9	10	11	12
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA VEGETAL DE LENTEJAS (1, T6, T10) PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ENSALADA DE LENTEJAS (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (1, 4) 2P LOMO CON PATATAS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P CREMA DE CALABAZA (patata y cebolla) 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO YOGUR (7)	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 2, 4, 9, 14, T4) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA	1P HUMMUS CASERO CON BASTONCITOS DE PAN (1, 6, 11, 12) 2P POLLO REBOZADO sin huevo (pan rallado) (1,10) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA
15	16	17	18	19
1P ARROZ CON SETAS Y CALABAZA (9) 2P ALBÓNDIGAS DE GARBANZO EN SALSA (1, 6) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DE TEMPORADA	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla,ajos,pimientos y tomate) (12) 2P MERLUZA A LA PLANCHA (4) ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS GU YOGUR (7)	<i>Festivo</i>	1P ENSALADA COMPLETA SIN HUEVO (con atun) (4, 7) LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate) (T1) PO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE FUSSILIS INTEGRALES (tomate, aceitunas verdes, atún, maíz y orégano) (1, 4, T6, T10) 2P POLLO RUSTIDO AL HORNO GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA
22	23	24	25	26
1P CREMA DE PUERROS, PATATA Y ZANAHORIA 2P PIZZA CASERA DE JAMÓN (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7) GU PATATAS CHIPS PO FRUTA DE TEMPORADA	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS 2P HAMBURGUESA VEGETAL DE TOFU, SETAS Y MANZANA (6) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO YOGUR (7)	27 28 29 30	27 28 29 30	27 28 29 30



SEPTIEMBRE | COLEGIO PINEDA (sin lactosa)

LUNES

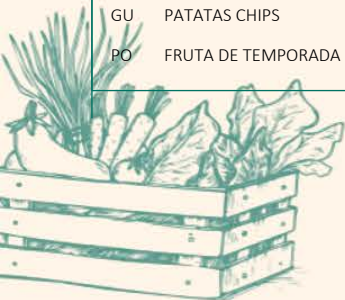
MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

					
1		2		3	4
1P MACARRONES A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) (1, T6, T10)	1P CREMA DE CALABACÍN (con cebolla y patata)	1P ENSALADA DE GARBANZOS (olivas negras, atún, zanahoria rallada y dados de tomate) (4, 12)			
2P TORTILLA DE PATATAS (3)	2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11)	2P BACALAO CON SANFAINA(1, 2, 4, 14)			
GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ	GU CUSCÚS SALTEADO sin lactosa (1, T6, T10)	PO FRUTA DE TEMPORADA			
PO YOGUR sin lactosa	PO FRUTA DE TEMPORADA				
8	9	10	11	12	
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR	1P ENSALADA DE LENTEJAS (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (1, 4)	1P CREMA DE CALABAZA (patata y cebolla)	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)	1P HUMMUS CASERO CON BASTONCITOS DE PAN (1, 6, 11, 12)	
2P ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA VEGETAL DE LENTEJAS (1, T6, T10)	2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3)	2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12)	2P MERLUZA EN SALSA VERDE (apio, puerros, ajo y perejil) (1, 2, 4, 9, 14, T4)	2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3, 10)	
PO FRUTA DE TEMPORADA	PO FRUTA DE TEMPORADA	GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS	GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ	GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS Y TOMATE	
15	16	17	18	19	
1P ARROZ CON SETAS Y CALABAZA sin lactosa (9)	1P ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla,ajos,pimientos y tomate) (12)			1P ENSALADA DE FUSSILIS INTGRALES (tomate, aceitunas verdes, atún, maíz y orégano) (1, 4, T6, T10)	
2P MERLUZA EN SALSA (4)	2P TORTILLA DE PATATAS CON AJOS TIERNOS (3)			2P LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate) (T1)	2P POLLO RUSTIDO AL HORNO
GU GUISANTES SALTEADOS	GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS			PO FRUTA DE TEMPORADA	GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ
PO FRUTA DE TEMPORADA	PO YOGUR sin lactosa				PO FRUTA DE TEMPORADA
22	23	24	25	26	
1P CREMA DE PUERROS, PATATA Y ZANAHORIA	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS	 			
2P PIZZA CASERA DE JAMÓN (salsa de tomate, queso sin lactosa y aceitunas) (1)	2P HAMBURGUESA VEGETAL DE TOFU, SETAS Y MANZANA (6)				
GU PATATAS CHIPS	GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE				
PO FRUTA DE TEMPORADA	PO YOGUR sin lactosa				
29	30				



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P GARBANZOS SALTEADOS CON ARROZ INTEGRAL Y JAMÓN (12) PO FRUTA DE TEMPORADA 1	1P ENSALADA DE LENTEJAS (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (1, 4) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO FRUTA DE TEMPORADA 2	2P ARROZ CALDOSO DE PESCADO (4, T2) GU ENSALADA DE BROTES VERDES , TOMATES CHERRYS Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA 3	1P EMPEDRADO DE ALUBIAS (12) 2P MERLUZA AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO YOGUR (7) 4	MENESTRA DE VERDURAS HERVIDA CON PATATAS (judía verde, guisantes y zanahoria) 2P PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA 5
1P ESPINACAS A LA CREMA (7) 2P TORTILLA DE PATATAS (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO YOGUR (7) 8	1P CREMA DE CALABACÍN (con cebolla y patata) 2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 7, T6, T10) PO FRUTA DE TEMPORADA 9	ENSALADA DE GARBANZOS (olivas negras, atún, zanahoria rallada y dados de tomate) (4, 12) 2P BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (2, 4, 14) PO FRUTA DE TEMPORADA 10	Festivo 11	1P ENSALADILLA RUSA con mayonesa opcional (3, 4, T3) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA 12
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA PO FRUTA DE TEMPORADA 15	1P ENSALADA DE LENTEJAS (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (1, 4) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3) PO FRUTA DE TEMPORADA 16	1P CREMA DE CALABAZA (patata y cebolla) 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO YOGUR (7) 17	1P PARRILLADA DE VERDURAS 2P MERLUZA AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA 18	1P HUMMUS CASERO CON BASTONCITOS DE PAN (1, 6, 11, 12) 2P POLLO AL HORNO (con tomate y cebolla) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS NEGRAS Y TOMATE PO FRUTA DE TEMPORADA 19
1P ENSALADA NIZARDA (3, 4, T3) 2P MERLUZA A LA PLANCHA SOBRE SALSA DE HORTALIZAS (4) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DE TEMPORADA 22	1P ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajos, pimientos y tomate) 2P SEPIA A LA PLANCHA (14) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS PO YOGUR (7) 23	Festivo 24	1P ENSALADA COMPLETA (con atun y queso fresco) (3, 4, 7, T3) 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ (sofrito de cebolla, ajos, pimiento rojo y tomate) (T1) PO FRUTA DE TEMPORADA 25	ENSALADA DE FUSSILIS (tomate, aceitunas verdes, atún, maíz y orégano) (1, 4, T6, T10) 2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA 26
1P CREMA DE PUERROS, PATATA Y ZANAHORIA 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU PATATAS CHIPS PO FRUTA DE TEMPORADA 29	1P PARRILLADA DE VERDURAS 2P HAMBURGUESA VEGETAL DE TOFU, SETAS Y MANZANA (6) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO YOGUR (7) 30			

