MENÚ	COLEGIO QUERCUS - SIN GLUTEN
MES	NOVIEMBRE

Comedores Escolares

	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
1º					Festivo
2º					
3º					
4º					
5º					

	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
1º	CREMA DE VERDURAS	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE BUBANGOS	SOPA DE PICADILLO (PASTA SIN GLUTEN)	MACARRONES (SIN GLUTEN) A LA BOLOÑESA
2º	SALMÓN A LA PLANCHA	MAGRO A LA JARDINERA	MERLUZA AL HORNO	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	TORTILLA FRANCESA
3º	PATATAS DADO		ENSALADA MIXTA	ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA Y REMOLACHA GU
4º	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	YOGUR	FRUTA NATURAL	YOGUR
5º	PAN SIN GLUTEN	PAN	PAN SIN GLUTEN	PAN SIN GLUTEN	PAN SIN GLUTEN

	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
1º	ARROZ CON TOMATE	SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN)	ESPAGUETIS (SIN GLUTEN) CON PICADILLO	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS	SALTEADO CAMPESTRE
2º	CINTA DE LOMO A LA PLANCHA	COCIDO COMPLETO	MERLUZA AL HORNO	FILETE DE CONTRAMUSLO EN SU JUGO	LENGUADINA A LA PLANCHA
3º	ENSALADA MIXTA		ENSALADA TOMATE, ACEITUNAS Y ALBAHACA	ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA GU	PATATAS FRITAS
4º	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	YOGUR	FRUTA NATURAL
5º	PAN SIN GLUTEN	PAN SIN GLUTEN	PAN SIN GLUTEN	PAN	PAN SIN GLUTEN

	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
1º	HERVIDO VALENCIANO (JUDIA VERDE,ZANAHORIA, PATATA)	PASTA (SIN GLUTEN) CON TOMATE Y ACEITUNAS	CREMA DE ZANAHORIA	PAELLA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS (SIN GLUTEN)
2º	HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA	SALCHICHAS FRESCAS AL HORNO	RAGOUT DE POLLO AL CURRY	MERLUZA A LA PLANCHA	TORTILLA DE PATATA
3º	PATATAS FRITAS	ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ	ARROZ BLANCO	ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA	ENSALADA CAPRESSE
4º	YOGUR	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	YOGUR	FRUTA NATURAL
5º	PAN SIN GLUTEN	PAN SIN GLUTEN	PAN SIN GLUTEN	N	PAN SIN GLUTEN

	LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	28	VIERNES 29
1º	VICHYSSOISE	ALUBIAS PINTAS CON CHORIZO	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE CALABAZA	SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN)
2º	CINTA DE LOMO A LA PLANCHA	FILETE DE CONTRAMUSLO EN SU JUGO	LENGUADINA EN SALSA VERDE	REDONDO DE PAVO CON PURE DE PATATAS	COCIDO COMPLETO
3º	PASTA (SIN GLUTEN) SALTEADA	ENSALADA CON MAIZ Y ZANAHORIA	CALABACIN A LA PLANCHA		
4º	FRUTA NATURAL	YOGUR	FRUTA NATURAL	NATILLAS	FRUTA
5º	PAN SIN GLUTEN	PAN SIN GLUTEN	PAN SIN GLUTEN	PAN SIN GLUTEN	PAN SIN GLUTEN

ALÉRGENOS

1.Gluten 2.Crustáceos 3.Huevo 4.Pescados 5.Cacahuetes 6.Soja 7.Leche 8.F. cáscara 9.Apio 10.Mostaza 11.Sésamo 12.Altramuces 13.Sulfitos 14.Moluscos