

MENU CEIP "SANTA POTENCIANA"

2026 OCTUBRE

ESCOLAR

1º Semana

				JUEVES 1	VIERNES 2
1º Plato				Arroz a la cubana con huevo	Crema de verduras 3
2º Plato				Salmon con ensalada de lechuga 6	Pollo en salsa de ajo y cebolla con patatas al horno 7
Pan				Pan blanco	Pan Integral
Postre				Fruta fresca temporada	Macedonia Fruta fresca

2º Semana

LUNES 5

MARTES 6

MIERCOLES 7

JUEVES 8

VIERNES 9

1º Plato	Ensalada de espirales con atun y daditos de queso	Arroz con pollo y verduras 9	Lentejas con verduras	Patatas guisadas con cerdo y verduras 10	Potaje de Habichuelas 11
2º Plato	Tortilla de calabacin, queso y cebolla con ensalada de lechuga	Ensalada de canonigos, lechuga, tomate, maiz, queso tierno, bonito, aceitunas y zanahoria	Pescado al horno con ensalada de lechuga 13	Ensalada de lechuga, tomate, maiz, zanahoria, aceitunas, atun y huevo cocido 14	Pollo empanado casero con salsa de cebolla 15
Pan	Pan Blanco	Pan Blanco	Pan Integral	Pan blanco	Pan Integral
Postre	Yogur sin azucar	Fruta fresca temporada	Fruta fresca temporada	Fruta fresca temporada	Macedonia Fruta fresca

3º Semana

LUNES 12

MARTES 13

MIERCOLES 14

JUEVES 15

VIERNES 16

1º Plato	FESTIVO	Crema de verduras con picatostes	Albondigas en salsa de verduras con patatas 17	Cocido de garbanzos con Pollo y verduras 18	Macarrones con salsa de tomate y atun
2º Plato		Tortilla de york y queso con ensalada de tomate, pepino y maiz	Ensalada de lechuga, tomate, maiz, zanahoria, aceitunas, atun y huevo cocido 22	Ensalada de canonigos, lechuga, tomate, maiz, cebolla, aceitunas, bonito, queso tierno y zanahoria	Rosada frita con ensalada de lechuga 23
Pan		Pan Blanco	Pan Integral	Pan blanco	Pan Integral
Postre		Fruta fresca temporada	Fruta fresca temporada	Fruta fresca temporada	Macedonia Fruta fresca

4º Semana

LUNES 19

MARTES 20

MIERCOLES 21

JUEVES 22

VIERNES 23

1º Plato	Arroz con pescado, calamares y gambas	Ensalada de espirales con atun, huevo cocido y daditos de queso	Lentejas con verduras	Ensaladilla Rusa	Potaje de Habichuelas 27
2º Plato	Ensalada de lechuga, tomate, maiz, huevo cocido, aceitunas, atun y zanahoria 28	Pinchitos de pollo y ensalada de tomate y lechuga 29	Pescado en adobo con ensalada de lechuga	Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate 30	Pollo al ajillo con brócoli
Pan	Pan Blanco	Pan Blanco	Pan Integral	Pan blanco	Pan Integral
Postre	Yogur sin azucar	Fruta fresca temporada	Fruta fresca temporada	Fruta fresca temporada	Macedonia Fruta fresca

5º Semana

LUNES 26

MARTES 27

MIERCOLES 28

JUEVES 29

VIERNES 30

1º Plato	Crema de verduras 3	Cocido de garbanzos con Pollo y verduras 18	Cazuela de fideua con verduras, sepia, pescado y gambas 35	Patatas guisadas con pollo y verduras 36	Arroz Caldoso con champiñones y verduras 37
2º Plato	Filetes de pollo en ajo perejil con ensalada de lechuga, tomate, maiz y zanahoria 38	Ensalada de canonigos, lechuga, tomate, maiz, cebolla, aceitunas, bonito, queso tierno y zanahoria	Croquetas con ensalada de lechuga	Tortilla francesa con leche y perejil con ensalada de tomate y lechuga.	Bacalao con salsa de tomate, cebolla y pimiento morron
Pan	Pan Blanco	Pan Blanco	Pan Integral	Pan blanco	Pan Integral
Postre	Yogur sin azucar 44	Fruta fresca temporada	Fruta fresca temporada	Fruta fresca temporada	Macedonia Fruta fresca

El menu completo puede estar sujeto a cambios entre dias dentro de una misma semana

- Notas:**
- Para los dias con un numero, se adjunta anexo con platos alternativos, complementarios y de verano
 - El postre lacteo será sin azucar añadido y podrá llevar nueces peladas (solo para niños mayores de 6 años)
 - Se ofrecerá Arroz o Pasta integral, al menos 4 raciones cada mes.
 - Se ofrecerá agua como unica bebida junto con el menú
 - Se utilizará sal yodada, en cantidad reducida