

MENU COLEGIO SANTA POTENCIANA

2022 NOVIEMBRE

1º Semana	MARTES 1	MIERCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
1º Plato	FESTIVO	Espaguettis con sofrito de tomate y carne picada	Sopa de arroz con huevo cocido y zanahoria	Cocido de garbanzos con Pollo y verduras
2º Plato		Tortilla de Verduras	Pollo Guisado con verduras y patatas fritas	Ensalada de Tomate picado, canonigos, atun, maiz y boquitas de mar
Pan		Pan Integral	Pan blanco	Pan Blanco
Postre		Fruta de temporada	Fruta de temporada	Macedonia de Frutas

2º Semana	LUNES 7	MARTES 8	MIERCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
1º Plato	Lentejas con verduras y chorizo	Ensalada Mixta con york y queso tierno	Estofado de ternera con patatas y verduras	Crema de verduras con huevo cocido	Potaje de Garbanzos con espinacas
2º Plato	Merluza al horno con patatas	Arroz con pollo, calamares y verdura	Empanada de Salmon con espinacas y ensalada de canonigos y tomate	Magro cerdo con salsa de verduras	Nuggets de Pollo con ensalada mixta
Pan	Pan Blanco	Pan Blanco	Pan Integral	Pan Blanco	Pan Blanco
Postre	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Macedonia de Frutas

3º Semana	LUNES 14	MARTES 15	MIERCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
1º Plato	Patatas guisadas con pescado y verduras	Potaje de Habichuelas con verduras y chorizo	Albondigas de cerdo y ternera en salsa de verduras	Cocido de garbanzos con Pollo y verduras	Crema de Calabacin, Patata y Queso con huevo cocido y york picado
2º Plato	Pechuga cocida de Pavo a la plancha con zanahorias y guisantes rehogados	Brocoli salteado con Pollo y Almendras	Tortilla de patatas con ensalada de tomate picado, maiz, canonigos y atun	Varitas de pescado con ensalada de lechuga y tomate	Rosada al horno con ensalada mixta
Pan	Pan Blanco	Pan Blanco	Pan Integral	Pan Blanco	Pan Blanco
Postre	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Macedonia de Frutas

4º Semana	LUNES 21	MARTES 22	MIERCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
1º Plato	Lentejas con verduras y chorizo	Ensalada Mixta con york y queso tierno	Crema de verduras con huevo cocido	Fideua de pescado y gambas con verduras	Albondigas en Caldo con caracolas de pasta
2º Plato	Bacalao al horno con patatas	Arroz con pollo, choco y verdura	Ternera en salsa con patatas	Salchichas frescas plancha con salsa de tomate y ensalada de lechuga y tomate	Judias verdes rehogadas con tomate y virutas de jamon serrano
Pan	Pan Blanco	Pan Blanco	Pan Integral	Pan Blanco	Pan Blanco
Postre	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Macedonia de Frutas

5º Semana	LUNES 28	MARTES 29	MIERCOLES 30		
1º Plato	Arroz a la cubana con huevo	Patatas guisadas con pollo y verduras	Macarrones con tomate, York y verduras		
2º Plato	Lomo al horno con salsa de verduras	Rosada rebozada con ensalada mixta	Hamburguesa de cerdo con salsa de verduras		
Pan	Pan Blanco	Pan Blanco	Pan Integral		
Postre	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada		

Menú planificado por: MATEO D. PORCUNA MALAGON
LDO. EN VETERINARIA (ESPECIALIDAD EN SANIDAD,
BROMATOLOGIA Y TECNOLOGIA DE LOS ALIMENTOS)


Mateo David Porcuna Malagón
 Ldo. en Veterinaria (Colegiado 963/J)
 ASESORIA EN HIGIENE Y SANIDAD ALIMENTARIA