

Octubre 2021



CEIP LA ANEJA  
Infantil y Primaria

**CATERING 45**  
Enseñar a comer

| Lunes  | Martes  | Miércoles   | Jueves   | Viernes   |
|--|---|---|--|---|
| <p><b>Todos los jueves el menú se servirá con pan integral.</b></p>  | <p><b>Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos</b></p>  |   |  | <p><b>1</b> Arroz 3 delicias (york, tort, guis)<br/> <br/>                     Bacalao con tomate<br/> <br/>                     Ensalada huerta(lech, pepino, zanah)<br/>                     Helado<br/> <br/>                     588.94 KC 12.76 PR 88.18 HC 19.84 LP 5.53 GS</p> |
| <p><b>4</b> Sopa de pescado<br/> <br/>                     Pollo con calabacín salteado<br/>                     Ensalada mediterránea (lech, tom, espárrag)<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     465.42 KC 26.55 PR 46.50 HC 17.65 LP 3.86 GS</p>               | <p><b>5</b> Garbanzos con calabaza<br/>                     Croquetas de pescado<br/> <br/>                     Ensalada multicolor (lech, lomb y maíz)<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     786.06 KC 24.14 PR 103.32 HC 25.94 LP 3.28 GS</p>            | <p><b>6</b> Crema de hortalizas<br/> <br/>                     Magro con tomate<br/>                     Ensalada lechuga, maíz y cebolla<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     603.42 KC 29.60 PR 67.18 HC 21.81 LP 5.11 GS</p>                           | <p><b>7</b> Fabada asturiana<br/>                     Tortilla de patata<br/> <br/>                     Ensalada de lech, zanah. y aceitunas<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     788.16 KC 32.29 PR 52.40 HC 32.06 LP 6.19 GS</p>                           | <p><b>8</b> Macarrones al pomodoro<br/> <br/>                     Rape en salsa verde<br/> <br/>                     Ensalada mixta (lechuga, tomate, york)<br/> <br/>                     Yogur<br/> <br/>                     649.30 KC 35.14 PR 81.68 HC 19.18 LP 5.02 GS</p>      |
| <p><b>11</b> Arroz con tomate<br/>                     Longanizas ave con coliflor salteada<br/> <br/>                     Ensalada caprese (tomate y queso fresco)<br/> <br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     805.27 KC 20.32 PR 111.44 HC 29.53 LP 2.60 GS</p> | <p><b>12</b><br/>                     Fiestas</p>   | <p><b>13</b> Sopa de pescado<br/> <br/>                     Albóndigas a la jardinera<br/> <br/>                     Ensalada caprichosa (lech, manzana, maíz)<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     568.95 KC 16.58 PR 59.48 HC 26.44 LP 4.88 GS</p>      | <p><b>14</b> Espaguetis a la napolitana<br/>                     Merluza encebollada<br/> <br/>                     Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas)<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     728.65 KC 29.76 PR 103.09 HC 19.41 LP 3.17 GS</p>          | <p><b>15</b> Lentejas ECO a la jardinera<br/>                     Tortilla con queso<br/> <br/>                     Ensalada de lech, espárragos, remol.<br/>                     Helado<br/> <br/>                     580.54 KC 30.10 PR 51.89 HC 25.14 LP 7.92 GS</p>              |
| <p><b>18</b> Coditos con tomate y queso<br/> <br/>                     Ventresca con zanahoria dado<br/> <br/>                     Ensalada multicolor (lech, lomb y maíz)<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     748.32 KC 19.14 PR 93.06 HC 20.12 LP 5.46 GS</p> | <p><b>19</b> Alubias ECO a la mediterránea<br/> <br/>                     Tortilla de calabacín<br/> <br/>                     Ensalada huerta(lech, pepino, zanah)<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     639.12 KC 28.84 PR 50.17 HC 21.01 LP 4.48 GS</p> | <p><b>20</b> Crema de zanahoria<br/> <br/>                     Pollo asado a la naranja<br/>                     Ensalada lechu, toma y lomb<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     622.09 KC 26.67 PR 75.93 HC 20.47 LP 4.32 GS</p>                        | <p><b>21</b> Arroz a banda<br/> <br/>                     Rollitos de pavo y queso<br/> <br/>                     Ensalada siciliana (lech, tom, olivas)<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     775.18 KC 37.30 PR 100.13 HC 23.46 LP 8.28 GS</p>              | <p><b>22</b> Judías verdes rehogadas<br/>                     Lomo adobado con patatas<br/> <br/>                     Ensalada de tomate, atún y maíz<br/> <br/>                     Yogur<br/> <br/>                     565.64 KC 21.46 PR 40.16 HC 29.95 LP 9.05 GS</p>            |
| <p><b>25</b> Crema de calabaza<br/> <br/>                     Magro en salsa<br/>                     Ensalada de tomate y aceitunas<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     658.94 KC 31.14 PR 77.96 HC 21.79 LP 5.19 GS</p>                                       | <p><b>26</b> Tallarines al ajillo<br/> <br/>                     Abadejo a la andaluza<br/> <br/>                     Ensalada multicolor (lech, lomb y maíz)<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     734.99 KC 27.84 PR 104.75 HC 20.37 LP 2.97 GS</p>      | <p><b>27</b> Lentejas con verduras<br/> <br/>                     Tortilla con pavo<br/> <br/>                     Ensalada del cheff (lechuga, tomate, atún)<br/> <br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     647.29 KC 30.71 PR 75.80 HC 19.75 LP 4.07 GS</p> | <p><b>28</b> Sopa de pescado con quinoa<br/> <br/>                     Hamburguesa con ketchup<br/> <br/>                     Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas)<br/>                     Fruta del Tiempo<br/>                     516.42 KC 22.48 PR 61.21 HC 18.24 LP 1.47 GS</p> | <p><b>29</b> Olleta alicantina ECO<br/> <br/>                     Pechuga a la plancha<br/>                     Ensalada de lechuga, zanah. y lomb.<br/>                     Flan casero<br/> <br/>                     673.40 KC 43.56 PR 58.56 HC 21.32 LP 5.43 GS</p>              |

Legumbres, Verduras, Arroz, Pastas y Frutas son Ecológicas.  
 -Lunes: Junto al postre se da un vaso de leche.  
 Fruta del tiempo: Pera, Plátano, Manzana, Sandía y Melón.

Alérgenos de declaración obligatoria.

