

# MENU C.P. RAMÓN Y CAJAL DE AYERBE

## MENU MES DE ENERO DE 2019



	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
<b>FESTIVO</b>	LENTEJAS CON VERDURITAS	PURÉ DE PATATA Y ZANAHORIAS	PAELLA 	JUDÍAS VERDES CON REFRITO DE JAMÓN
	HAMBURGUESA CON TOMATE NATURAL	POLLO ASADOS CON PATATAS PANADERA	LOMO A LA RIOJANA 	FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA 
	FRUTA DEL TIEMPO 576 KCAL	FRUTA DEL TIEMPO 566 KCAL	YOGUR NATURAL AZUCARADO 611 KCAL	PIÑA EN SU JUGO 556 KCAL
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
MACARRONES CON TOMATE Y CHORIZO 	CREMA PORRUSALDA CON PICATOSTES 	SOPA CASERA CON ESTRELLITAS 	ARROZ PILAF CON TOMATE CASERO	BORRAJAS CON PATATAS
PECHUGA DE POLLO EN SALSA DE ALMENDRAS 	TORTILLA DE JAMÓN YORK Y QUESO CON ENSALADA 	BACALAO REBOZADO CON LECHUGA 	ALITAS DE POLLO AL AJILLO	ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
FRUTA DEL TIEMPO 654 KCAL	FRUTA DEL TIEMPO 534 KCAL	YOGUR DE SABOR 531 KCAL	FRUTA DEL TIEMPO 609 KCAL	YOGUR BEBIDO 599 KCAL
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
GUISANTES A LA FRANCESA	FIDEUÁ DE PESCADOS 	PATATAS GUIADAS	ARROZ CON CALAMARES 	ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
LOMO CON ADOBO CASERO A LA PLACHA CON LECHUGA Y MAIZ	SALCHICHAS AL HORNO CON ENSALADA	BONITO CON TOMATE 	LIBRITOS DE LOMO CON LECHUGA 	TORTILLA DE PATATA CON FILETE DE QUESO 
FRUTA DEL TIEMPO 578 KCAL	FRUTA DEL TIEMPO 624 KCAL	FRUTA DEL TIEMPO 601 KCAL	YOGUR DE SABOR 626 KCAL	FRUTA DEL TIEMPO 584 KCAL
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	
JUDÍAS VERDES AL NATURAL	SPAGUETTI BOLOÑESA 	ARROZ 3 DELICIAS 	SOPA DE PESCADO 	
CHULETAS DE CORDERO A LA PLANCHA	MERLUZA EN SALSA 	POLLO EN SALSA CAZADORA	COSTILLA ASADA CON PATATAS A LO POBRE 	
FRUTA DEL TIEMPO 554 KCAL	BATIDO DE CHOCOLATE 603 KCAL	FRUTA DEL TIEMPO 613 KCAL	YOGUR NATURAL 602 KCAL	

CADA MENÚ IRÁ ACOMPAÑADO DE PAN, LECHUGA Y AGUA

- Contenidos en nutrientes corresponde a una población escolar comprendida entre 9 y 14 años
- Los valores para el rango de población escolar comprendidos entre los 3 y los 8 años, corresponde a un 80% de los indicados en el menú.
- Se atenderá de manera individualizada los casos de intolerancia alimentaria o alergia, así como la exclusión de alimentos por causa religiosa o cultural.