

I.E.S ASTORGA

MENÚ SEMANA 1

DIA	ALMUERZO	CENA
LUNES	Lentejas estofadas 6 Pechuga de pollo a la plancha con ensalada 12 Fruta	Sopa de estrellitas 1 y 6 Tortilla de patata 3 Yogurt 7
MARTES	Espaguetis a la boloñesa 1 Merluza al horno con patatas 4 Fruta	Crema de verduras Hamburguesa mixta con salsa de tomate y patatas 1, 6 y 12 Yogurt 7
MIÉRCOLES	Cocido completo 1, 6 y 7 Helado 7	Ensalada campera Huevos fritos con salchichas 3 Yogurt 7
JUEVES	Patatas con bacalao 1, 2, 4 y 6 Escalope de cerdo con ensalada 1 y 3 Fruta	Macarrones a la carbonara 1, 3 y 7 Croquetas de jamón con ensalada 1, 6 y 7 Yogurt 7
VIERNES	Paella mixta 2, 4, 6, 12 y 13 Salmon con pisto 7 Fruta	

1.GLUTEN 2.CRUSTÁCEOS 3.HUEVO 4.PESCADO 5.CACAHUETE 6.SOJA 7.LACTOSA 8.FRUTOS SECOS 9.APIO. 10. MOSTAZA 11.SÉSAMO
12.SULFITOS 13.MOLUSCOS 14.ALTRAMUCES

I.E.S ASTORGA

MENU SEMANA 2

DIA	ALMUERZO	CENA
LUNES	Lasaña de carne 1 y 7 Chuleta de pavo con ensalada Fruta	Sopa de pescado 1, 2 y 4 Revuelto de ajetes, trigueros y gambas 2 y 3 Yogurt 7
MARTES	Judías verdes al ajo arriero Milanesa de pollo con ensalada 1 y 3 Fruta	Ensalada de pasta 1 y 7 Fogonero en salsa 7 Flan de vainilla 7
MIÉRCOLES	Alubias blancas estofadas con chorizo y bacon 6 Lomo asado con ensalada 1, 6, 12 Fruta	Arroz a la cubana 3 Yogurt 7
JUEVES	Patatas con costilla 1 y 6 Merluza a la romana con ensalada 1, 3 y 4 Fruta	Crema de verduras Sándwich mixto 1 y 7 Yogurt 7
VIERNES	Ensalada mixta 4 Pollo asado con patatas 12 Fruta	

1.GLUTEN 2.CRUSTÁCEOS 3.HUEVO 4.PESCADO 5.CACAHUETE 6.SOJA 7.LACTOSA 8. FRUTOS SECOS 9.APIO. 10. MOSTAZA 11.SÉSAMO
12.SULFITOS 13.MOLUSCOS 14.ALTRAMUCES

I.E.S ASTORGA

MENU SEMANA 3

DIA	ALMUERZO	CENA
LUNES	Patatas con calamares 1 y 13 Filete de pavo con ensalada Fruta	Crema de verduras Tortilla de jamón cocido con ensalada 3 Yogurt 7
MARTES	Tallarines a la carbonara 1, 3 y 7 Merluza a la romana con ensalada 1, 3 y 4 Fruta	Sopa de pescado 1, 2, 6 y 7 Nuggets de pollo 1 y 6 Yogurt 7
MIÉRCOLES	Cocido completo 7 Fruta	Ensaladilla rusa 3 y 4 Hot dog 1 y 6 Helado 7
JUEVES	Arroz con pollo 6 Cordon blue con ensalada 1 Fruta	Ensalada de gulas 7 Pizza Yogurt 7
VIERNES	Alubias blancas estofadas 6 Brocheta de pollo con ensalada Fruta	

1, GLUTEN 2. CRUSTACEOS 3. HUEVO 4. PESCADO 5. CACAHUETE 6. SOJA 7. LACTOSA 8. FRUTOS SECOS 9. APIO. 10. MOSTAZA 11. SÉSAMO
12. SULFITOS 13. MOLUSCOS 14. ALTRAMUCES

I.E.S ASTORGA

MENU SEMANA 4

DIA	ALMUERZO	CENA
LUNES	Arroz con pollo 6 Salmón con pisto 7 Fruta	Sopa de pescado 1 y 4 Albóndigas en salsa 1, 6, 12 Yogurt 7
MARTES	Garbanzos con espinacas 6 Tortilla de patatas con mayonesa 3 Fruta	Ensalada de patata o patatas alioli Croquetas de boletus con ensalada 1 y 7 Mousse de limón
MIÉRCOLES	Espirales a la boloñesa 1 Filete de lomo a la plancha con ensalada 6 Fruta	Crema de zanahoria 7 Hamburguesa de pollo crujiente con ensalada 1, 3 y 7 Yogurt 7
JUEVES	Lentejas estofadas 6 Merluza al horno con patatas panadera 7 Fruta	Sopa de pollo 1 Lasaña de carne 1 y 7 Flan 7
VIERNES	Ensaladilla rusa 3 y 4 Escalope de pollo con ensalada 1 y 3 Fruta	

1.GLUTEN 2.CRUSTÁCEOS 3.HUEVO 4.PESCADO 5.CACAHUETE 6.SOIA 7.LACTOSA 8. FRUTOS SECOS 9.APIO. 10. MOSTAZA 11.SÉSAMO
12.SULFITOS 13.MOLUSCOS 14.ALTRAMUCES