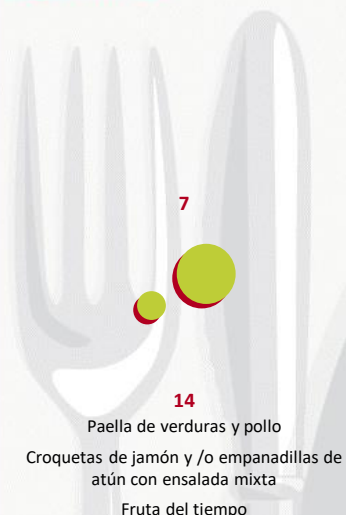




Colegios Ramón y Cajal

Menú de Primaria ESO y Bachillerato

enero 2019



7

Paella de verduras y pollo
Croquetas de jamón y /o empanadillas de atún con ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 2º gluten, leche, pescado (empanadillas) y huevo

21

Migas extremeñas o Macarrones gratinados
Lacón al horno con ensalada mixta
Fruta del tiempo y chocolate
Contiene: 1º gluten y trazas de soja 3º leche y cacao

28

Champiñones con jamón o puré de verduras frescas
San Jacobo con ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 1º soja, 2º gluten, leche

1

8
Coditos Carbonara o con tomate
Cordón Bleu de pavo con ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 1º gluten, leche, 2º gluten, leche y soja

15

Brócoli gratinado o puré de verduras frescas
Cinta de lomo a la plancha con patatas fritas
Fruta del tiempo
Contiene: 1º leche y queso (brócoli)

22

Cocido Madrileño Completo
Col, garbanzos, patata, zanahoria, carne de morcillo de ternera, chorizo y pollo
Fruta del tiempo
Contiene: legumbre y gluten

29

Lentejas estofadas con verduras
Huevos fritos con patatas fritas
Fruta del tiempo
Contiene: 1º legumbre y gluten, 2º huevo

2

9
Crema de zanahorias
Albóndigas de ternera con patatas
Yogur y/o Fruta del tiempo
Contiene: 2º gluten, leche y huevo 3º leche

16

Tallarines boloñesa
Filetes de lenguado romana o al horno con ensalada mixta
Yogur y/o Fruta del tiempo
Contiene: 1º gluten, 2º pescado, huevo y gluten, 3º leche

23

Arroz Milanesa
Brochetas de pollo al horno en su jugo con ensalada mixta
Yogur y/o Fruta del tiempo
Contiene: 1º soja, 3º leche

30

Sopa de picadillo
Solomillos de pollo en salsa o al curry con arroz blanco
Yogur y/o Fruta del tiempo
Contiene: 1º gluten, 3º leche

3

10
Arroz blanco con tomate y huevo frito
Merluza romana con ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 1º huevo, 2º gluten, huevo y pescado

17

Crema de calabacines
Jamoncitos de pollo en salsa o al curry con arroz
Fruta del tiempo
Contiene: 2º gluten

24

Crema de calabaza
Hamburguesas de ternera a la plancha con patatas fritas
Fruta del tiempo
Contiene: 2º leche, huevo y gluten

31

Fideuá de verduras y magro
Limanda al horno o romana con ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 1º gluten, 2º pescado, gluten y huevo

4

11
Cocido Madrileño completo:
Col, garbanzos, patata, zanahoria, carne de morcillo de ternera, chorizo y pollo
Fruta del tiempo
Contiene: legumbre y gluten

18

Lentejas estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 1º legumbre y gluten, 2º huevo

25

Timbal de judías pintas con arroz
Emperador a la plancha o Merluza romana con ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 1º legumbre y gluten, 2º pescado, huevo y gluten(romana)

Los alumnos con intolerancia o alergia a algún alimento de los aquí presentados, deben consultar el menú de ese día en el especial para alergias e intolerancias