



Colegios Ramón y Cajal. 2

Menú de Primaria ESO y Bachillerato

septiembre 2019



9

Ensalada Ilustrada: lechuga, tomate, huevo, atún, maíz, aceitunas y zanahoria o Crema de Calabaza

Cinta de lomo a la plancha con patatas fritas

Helado y/o Fruta del tiempo

Contiene: 1º huevo, pescado, 2º leche, 3º gluten y leche

16

Dados de calabacín en tempura o Crema de Verduras

Tortilla de patatas con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten, 2º huevo

23

Ensalada de pasta: maíz, atún, aceitunas y zanahoria

Lomo Sajonia a la plancha con lechuga y tomate

Fruta del tiempo

Contiene: 1º pescado y gluten, 2º leche y soja

30

Lacitos Carbonara

Lenguado al Horno o Romana con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten, leche, 2º pescado, huevo y gluten (romana)

3



10

Lentejas estofadas con verduras y/o GAZPACHO

Salmón al horno o lenguado con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten y legumbre, 2º pescado, huevo y gluten

17

Ensalada de arroz: SURIMI, maíz, aceitunas, zanahorias

Salchichas de pavo al horno con tomate

Natillas caseras y/ o Fruta del tiempo

Contiene: 1º pescado, 2º soja 3º leche y gluten

24

Sopa de cocido o GAZPACHO

Huevos fritos con patatas fritas

Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten, 2º huevo

4



11

Paella de verduras y carne

San Jacobo con ensalada mixta

Yogur y/o Fruta del tiempo

Contiene: 2º leche y gluten, 3º leche

18

Judías verdes rehogadas y/o SALMOREJO

Solomillo de Ibérico al horno con puré de patatas

Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten, 2º gluten y leche

25

Arroz Milanesa

Emperador al horno o filetes de Limanda romana con ensalada mixta

Yogur y/o Fruta del tiempo

Fruta del tiempo

Contiene: 1º soja, 2ºpescado, gluten y huevo (limanda, 3º leche)

5



12

Sopa de picadillo y/o GAZPACHO

Albóndigas de ternera a la jardinera con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten, 2º leche, huevo y gluten

19

Espaguetis Boloñesa

Merluza al horno o Romana con ensalada mixta

Yogur y/o Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten, 2º pescado, gluten y huevo (romana) 3º leche

26

Crema de zanahorias

Lasaña de carne de ternera

Fruta del tiempo

Contiene: 2º gluten, leche

6

Fideuá de verduras y magro

Alitas de pollo marinadas con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten

13

Macarrones gratinados

Solomillos de pollo en salsa con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten

20

Garbanzos con verduras y/o GAZPACHO

Pollo Asado con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 1º Legumbre y gluten

27

Lentejas estofadas con verduras

Jamonicos de pollo al horno con arroz

Fruta del tiempo

Contiene: 1º legumbre y gluten

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