



Colegio Ramón y Cajal

Menú Infantil Celíacos

noviembre 2020

Desayunos (Opcional)

Todos los días:

Leche, cereales, tostadas y zumo

Meriendas (Solo Infantil I)

Lunes:

Leche con galletas (2-3)

Fruta y yogur (1-2)

Martes:

Sandwich de jamón york y leche con Nesquik o yogur

Miércoles:

Fruta y yogur

Jueves:

Sandwich de jamón york y leche con Nesquik o yogur

Viernes:

Fruta y yogur

2



3

Arroz Milanesa

Escalope de pavo con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 1º trazas de soja, 2º leche, soja

4

Sopa de Cocido

Albóndigas de ternera con patatas

Yogur o Fruta del tiempo

Contiene: 2º leche y huevo

5

Macarrones con tomate

Solomillos de pollo en salsa tradicional con ensalada mixta

Fruta del tiempo

6

JORNADA GASTRONÓMICA DE PROTEÍNA VEGETAL

Lentejas estofadas con Quinoa o en Crema

Lasaña de verduras frescas

Fruta del tiempo

Contiene: 1º legumbre, 2º leche

9



10

Lacitos Carbonara o con Tomate

Lenguado Romana o al horno con ensalada mixta

Fruta del tiempo

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

11

Cocido Madrileño Completo:

Sopa, col, garbanzos, zanahorias, patatas, carne de morcillo de ternera, pollo y chorizo

Yogur y/o Fruta del tiempo

Contiene: legumbre 3º leche

12

Crema de calabaza

Solomillo de Ibérico al horno con arroz blanco

Fruta del tiempo

13

Timbal de judías pintas

Pollo asado en su jugo con ensalada mixta

Natillas caseras y/o Fruta del tiempo

Contiene: 1º legumbre 3º leche

16

Arroz blanco con tomate

Croquetas de jamón con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 2º leche (croquetas)

17

Fideuá de verduras y pollo

Limanda al horno o a la Romana con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 2º pescado, huevo (romana)

18

Lentejas estofadas con verduras

Filete de pollo con ensalada mixta

Yogur y/o Fruta del tiempo

Contiene: 1º legumbre, 3º huevo

19

Puré de verduras frescas

Lasaña de carne de ternera

Fruta del tiempo

Contiene: 2º leche

20

Sopa de Cocido

Salchichas de pavo frescas al horno con patatas fritas

Fruta del tiempo

23

Tallarines al PESTO o con tomate

Merluza al horno o Romana con ensalada mixta

Fruta del tiempo y/o Chocolatina

Contiene: 1º piñones (pesto), 2º pescado y huevo, 3º leche, cacao

24

Judías verdes con jamón

Cinta de lomo a la plancha con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 1º trazas de soja (jamón)

25

Cocido Madrileño completo:

Sopa, col, garbanzos, zanahorias, patatas, carne de morcillo de ternera, chorizo y pollo

Yogur y/o Fruta del tiempo

Contiene: legumbre, 3º leche

26

Paella de verduras y pollo

Lenguado al horno con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 2º pescado

27

Crema de calabacines

Ragut de Pavo con ensalada mixta

Fruta de tiempo

30

Espaguetis boloñesa o naturales

Bacalao al horno con ensalada mixta

Fruta del tiempo

Contiene: 2º pescado

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