



Colegio Ramón y Cajal

Menú Infantil Celíacos

noviembre 2021

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

1



Sopa de verduras y pollo
Tortilla de jamón y Ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 2º huevo

3

Crema de Zanahorias
Albóndigas de ternera con patatas
Yogur o Fruta del tiempo
Contiene: 2º leche y huevo

4

Macarrones con tomate
Solomillos de pollo en salsa tradicional con ensalada mixta
Fruta del tiempo

5

JORNADA GASTRONÓMICA DE PROTEÍNA VEGETAL
Lentejas estofadas con Quinoa o en Crema
Lasaña de verduras frescas
Fruta del tiempo
Contiene 1º legumbre, 2º leche

8

Lacitos Carbonara o con Tomate
Merluza Romana con ensalada mixta
Fruta del tiempo
**Contiene: 1º leche(carbonara)
2º pescado y huevo (romana)**

9



Puré de Verduras frescas
Solomillo de Ibérico al horno con arroz blanco
Yogur y/o Fruta del tiempo
Contiene: 3º leche

11

Cocido Madrileño Completo:
Sopa, col, garbanzos, zanahorias, patatas, carne de morcillo de ternera, pollo y chorizo
Fruta del tiempo
Contiene: legumbre

12

Arroz Milanesa
Filete de pollo con ensalada mixta
Natillas y/o Fruta del tiempo
Contiene 1º
Contiene: 2º huevo, 3º leche

15

Fideuá de verduras y pollo
Limanda al horno o a la Romana con ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 2º pescado, huevo (romana)

16

Arroz blanco con tomate y huevo frito
Croquetas de jamón con ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 1º huevo, 2º leche(croquetas)

17

Lentejas estofadas con verduras
Pollo Asado al horno en su jugo con ensalada mixta
Yogur y/o Fruta del tiempo
Contiene: 1º legumbre, 3º leche

18

Crema de calabaza
Lasaña de carne de ternera
Fruta del tiempo
Contiene: 2º leche

19

HUMMUS de garbanzos con Nachos o en Potaje
Salchichas de pavo al horno con ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 1º legumbre

22

Tallarines con tomate
Salmón al horno o Merluza Romana con ensalada mixta
Fruta del tiempo y/o Chocolatina
Contiene: 2º pescado y huevo(romana), 3º leche, cacao

23

Judías verdes con jamón
Cinta de lomo a la plancha con patatas fritas
Fruta del tiempo
Contiene: 1º trazas de soja(jamón)

24

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

25

Paella de verduras y pollo
Lenguado al horno o Romana con ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 2º pescado y huevo(romana)

26

Crema de calabacines
Ragut de Pavo con ensalada mixta
Fruta de tiempo

29

Coditos gratinados
Filetes de limanda al horno con ensalada mixta
Fruta del tiempo
Contiene: 2º pescado y huevo

30

Espinacas a la crema o Puré de verduras frescas
Huevos revueltos con jamón y patatas fritas
Fruta del tiempo
Contiene: 1º (espinacas), 2º huevo

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