

DIETA NO MARISCO

COLEGIO TACORONTE

Noviembre y Diciembre 2021



LUNES
01-NOV. -29-NOV.
PURÉ DE ZANAHORIA Y BUBANGO
FILO EN SALSA
VERDURAS SALTEADAS
PAN
GELATINA

MARTES
02-NOV. -30-NOV.
POTAJE DE JUDIAS BLANCAS
QUICHE DE BACON Y CALABACÍN
TOMATES ALIÑADOS
PAN
FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
03-NOV. -01-DIC.
POTAJE DE VERDURAS
ESPAGUETTIS A LA BOLOÑESA
QUESO RALLADO
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
04-NOV. -02-DIC.
SOPA DE POLLO
LOMITOS DE CARBONERO CON MOJO VERDE
PAPAS GUIADAS
PAN
FRUTA NATURAL

05-NOV. -03-DIC.
CREMA DE ESPINACAS
GARBANZOS CON VERDURAS
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
08-NOV. -06-DIC.
SOPA DE TERNERA CON ESTRELLITAS
FOGONERO ENCEBOLLADO
PAPAS AL VAPOR
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
09-NOV. -07-DIC.
POTAJE DE LEGUMBRES
LOMO ADOBADO
MENESTRA CASERA
PAN
FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
10-NOV. -08-DIC.
CREMA DE CALABAZA
PAELLA MAR Y TIERRA
PAN
YOGUR DE SABORES

JUEVES
11-NOV. -09-DIC.
RANCHO CANARIO
CROQUETAS DE PESCADO
ENSALADA MIXTA
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
12-NOV. -10-DIC.
PURE DE ACELGAS Y ZANAHORIAS
PIZZA FANTASÍA
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
15-NOV. -13-DIC.
CREMA DE BERROS
ESTOFADO DE TERNERA CON PAPAS
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
16-NOV. -14-DIC.
POTAJE CASERO
TORTILLA ESPAÑOLA
QUESITO
PAN
FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
17-NOV. -15-DIC.
SOPA DE PICADILLO
CARBONERO AL VAPOR CON MOJO ROJO
ENSALADA DEL CHEF
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
18-NOV. -16-DIC.
CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIAS
LENTEJAS COMPUESTAS
ARROZ BLANCO
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
19-NOV. -17-DIC.
POTAJE DE ESPINACAS Y ACELGAS
NUGGETS DE AVE
FUSSILI A LA NAPOLITANA
PAN INTEGRAL
YOGUR DE SABORES

LUNES
22-NOV. -20-DIC.
CREMA DE BRÓCOLI
HAMBURGUESAS EN SALSA
ZANAHORIAS BABY CON GUISANTES
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
23-NOV. -21-DIC.
POTAJE DE LENTEJAS
MACARRONES A LA CASTELLANA
QUESO RALLADO
PAN
FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
24-NOV. -22-DIC.
SOPA DE PESCADO
JAMONCITOS DE POLLO CON MOJO
ENSALADA NICOISSE
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
25-NOV. -23-DIC.
POTAJE DE JUDIAS PINTAS CON CALABAZA
CINTA DE CERDO EN SALSA
PAPAS CAMPESINAS
PAN
FLAN

VIERNES
26-NOV. -24-DIC.
POTAJE HORTELANO
ARROZ AMARILLO
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

La información completa sobre Ingredientes, así como la Valoración Nutricional del Menú Basal la podrán obtener a través de su Centro Educativo. En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento y del

