

## MENÚ ESCOLAR SEPTIEMBRE 2018

Revisado por el nutricionista  
Aritz Mokoroa ([www. checkmenu.es](http://www.checkmenu.es))

Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
SOPA	PURE DE CALABACIN	LENTEJAS	ESPAGUETTIS	CARNE CON PAPAS
PECHUGA EMPANADA	TORTILLA	MUSLITOS DE POLLO	LENGUADO	GUISANTES
ENSALADA TOMATE Y MAÍZ	JAMÓN YORK	PAPAS PANADERAS	ENSALADA	ZANAHORIAS
FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR / FRUTA

Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21
RANCHO CANARIO	PURÉ DE BUBANGO	SOPA DE FIDEOS	TERNERA EN SALSA	JUDÍAS VERDES Y PAPAS
MERLUZA	TORTILLA FRANCESA	POLLO EMPANADO	ZANAHORIA/CHAMPIÑONES	SALCHICHAS
LECHUGA Y TOMATE	JAMÓN	ENSALADA	PAPITAS FRITAS	ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	MACEDONIA	PETIT SUISSE

Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28
JUDÍAS ESTOFADAS	SOPA DE ESTRELLAS	CREMA DE ZANAHORIA	ESPIRALES	ARROZ BLANCO
LOMO ADOBADO	PESCADO PLANCHA	HUEVOS AL PLATO CON JAMÓN	POLLO A LA PLANCHA	SALCHICHA Y HUEVO
PEPINO Y ZANAHORIA	PAPAS ARRUGADAS	CUADRITOS DE PAPA	ENSALADA	TOMATE
FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	POSTRE SORPRESA

## MENÚ ESCOLAR OCTUBRE 2018

Revisado por el nutricionista  
Aritz Mokoroa ([www. checkmenu.es](http://www.checkmenu.es))

Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
LENTEJAS	PURE DE BUBANGO	SOPA DE POLLO	ARROZ CON VERDURAS	MACARRONES
POLLO AL HORNO	TORTILLA ESPAÑOLA	ALBÓNDIGAS	PESCADO AZUL	LOMO
ENSALADA	TOMATE ALIÑADO	PAPAS FRITAS	PAPAS ARRUGADAS	ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	GELATINA+FRUTA

Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
PURE ZANAHORIA	ARROZ A LA CUBANA	SOPA DE PESCADO	ESPAGUETI	Fiesta de la Hispanidad
MERLUZA	SALCHICHA/HUEVO	MUSLITOS DE POLLO	LOMO	
PAPA GUISADA	TOMATE	MENESTRA	ENSALADA	
FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR	

Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 20
GARBANZOS	PURE DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS	PURE DE CALABAZA	JUDIAS V. Y PAPAS
PESCADO AL HORNO	HAMBURGUESA	TORTILLA DE JAMON	REDONDO DE TERNERA	POLLO EMPANADO
ENSALADA	PAPAS FRITA	ENSALADA	SALSA MANZANA Y PAPAS	ENSALADA
FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	MACEDONIA	PETIT SUISSE+FRUTA

Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26
PURE DE CALABACIN	SOPA	CREMA DE ZANAHORIA	ESPIRALES	ARROZ BLANCO
CARNE CON PAPAS	MUSLO DE POLLO	CHURROS DE PESCADO	LOMO A LA PLANCHA	SALCHICHA/HUEVO
GUISANTES Y ZANAHORIAS	PAPA FRITA	PAPAS GUISADAS	ENSALADA	TOMATE
FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR+FRUTA