

# OUTUBRO 2024. MENÚ SEN FRUCTOSA RESTAURANTE SALA GRADIN



## !! ENSEÑAR A COMER, ENSEÑAR A CRECER ¡!

	<p>1</p> <p>CREMA DE <b>BRECOL</b> FILETE DE PESCADA EN SALSA DE CAZOLA CON PATACAS MELÓN</p>	<p>2</p> <p>ENSALADA MIXTA (LEITUGA, TOMATE, CEBOLLA E MILLO) FABAS CON CARNE E CHOURIZO <b>IOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</b></p>	<p>3</p> <p>CREMA DE VERDURAS PAELLA DE POLO CON VERDURIÑAS MANDARINA</p>	<p>4</p> <p>XUDIAS A GALEGA MACARRÓNS CON SALMÓN <b>IOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</b></p>
<p>7</p> <p>ENSALADA MIXTA(LEITUGA, TOMATE, CEBOLA, CENORIA E MILLO) GUIZO DE CARNE CON PATACAS <b>IOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</b></p>	<p>8</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS (CHICHAROS, CENORIA, OVO E XAMÓN) HAMBURGUESA DE POLO CON ENSALADA MANDARINA</p>	<p>9</p> <p><b>CREMA DE BRECOL</b> HELICES CON ATÚN E OVO <b>IOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</b></p>	<p>10</p> <p><b>CHAMPIÑONS O ALLO</b> GUIZO DE POLO LARANXA</p>	<p>11</p> <p>SOPA DE PASTA LOMO ASADO CON ARROZ BRANCO <b>IOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</b></p>
<p>14</p> <p>SOPA DE FIDEOS POLO CON PATACAS E VERDURAS MANDARINA</p>	<p>15</p> <p>ENSALADA MIXTA (LEITUGA, TOMATE, CEBOLA E CENORIA) <b>LOMO PLANCHA</b> CON ARROZ BLANCO. <b>IOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</b></p>	<p>16</p> <p>REVOLTO DE CHAMPIÑONS LENTELLAS CON VERDURAS E CARNE. LARANXA</p>	<p>17</p> <p>ENSALADA DE PASTA FILETE DE PESCADA EN SALSA VERDE CON PATACAS <b>IOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</b></p>	<p>18</p> <p>CREMA DE BROCOLI ARROZ MARINERO <b>MANDARINA</b></p>
<p>21</p> <p>CREMA DE XUDIAS ESPAGUETIS CON SALMÓN. <b>IOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</b></p>	<p>22</p> <p>ENSALADILLA RUSA FILETE DE MERLUZA O FORNO CON ARROZ BRANCO MANDARINA</p>	<p>23</p> <p>CREMA DE VERDURAS ARROZ CON POLO <b>IOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</b></p>	<p>24</p> <p>ENSALADA DE PASTA TRICOLOR GARAVANZOS CON CARNE LARANXA</p>	<p>25</p> <p>MACARRÓNS CON <b>CHAMPIÑONS</b> BRÓCOLI CON OVO E CHOURIZO <b>IOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</b></p>
<p>28</p> <p>SOPA DE ESTRELAS TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA <b>IOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</b></p>	<p>29</p> <p>ENSALADA MIXTA (LEITUGA, TOMATE, CEBOLA, MILLO E OLIVAS) GUIZO DE CARNE CON PATACAS <b>LARANXA</b></p>	<p>30</p> <p><b>CREMA DE ESPINACAS E ACELGA</b> FILETE DE SAN MARTIÑO O FORNO CON PATACAS MANDARINA</p>	<p>31</p> <p><b>CREMA DE BRECOL</b> ESPAGUETIS CON ATÚN <b>IOGUR NATURAL SIN AZÚCAR</b></p>	

MENÚS APTOS PARA ALUMNOS DE 3 AÑOS EN ADELANTE . LOS ALUMNOS DE INFANTIL SIEMPRE COMERÁN SUPERVISADOS POR UN ADULTO . HABRÁ QUE VARIAR LAS CANTIDADES SEGÚN LA EDAD .INGESTA CALÓRICA RECOMENDADA PARA ESCOLARES DE 7 A 12 AÑOS : 2000 KCAL. LA INGESTA CALÓRICA PARA ALUMNOS DE INFANTIL DE 3 A 6 AÑOS SERÁ DE UN 20% MENOS , APROXIMADAMENTE , DE LA INDICADA EN EL MENÚ. ESTOS MENÚS PU EDEN CONTENER ALÉRGENOS ESPECIFICADOS QUE PUEDE CONSULTAR EN EL CENTRO.ESTE MENÚ HA SIDO VALORADO Y CERTIFICADO POR CONSULTORÍA NUTRICIONAL CONUGA CUMPLIENDO CON LA NORMATIVA LEGAL VIGENTE " LEY DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN 17/ 2011 " , CON LA " NORMATIVA PARA MENÚS DE COMEDORES ESCOLARES Y COMEDORES COLECTIVOS "

Y CON EL REGLAMENTO (UE) Nº 1169 / 2011 LA ALÉRGENOS DE DECLARACIÓN OBLIGATORIA. (ADO ) PARA EL CURSO ESCOLAR 2023-2024. .

- OS MENÚS ESTÁN SUJETOS A POSIBLES VARIACIONES SEGÚN LAS CONDICIONES DEL MERCADO