

MES: Enero 2021

COLEGIO: AITANA. SIN CARNE, SIN DERIVADOS DE LA CARNE, SIN EMBUTIDO, SIN LÁCTEOS, SIN EMPERADOR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
				1	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4	5	6	7 <b>M: Fruta</b> Ensalada completa Paella de pescado Fruta de temporada y pan	8 <b>M: Pan/aceite/agua</b> Sopa minestrone con quinoa Tortilla francesa de atún con patatas fritas Fruta de temporada y pan	VE: 2583/618 GT: 17 GS: 2 HC: 94 AZ: 21 PROT: 23 SAL: 3
11 <b>M: Pan/aceite/agua</b> Macarrones con salsa napolitana (tomate, pimiento, zanahoria, cebolla) Filete de lenguadina al horno con pisto Fruta de temporada y pan	12 <b>M: Fruta</b> Sopa de fideos Garbanzos estofados Fruta de temporada y pan	13 <b>M: Pan/tomate/agua</b> Arroz con verduras Tortilla francesa de atún con ensalada Fruta de temporada y pan	14 <b>M: Fruta</b> Puré de verduras Pescado al horno con patatas fritas Fruta de temporada y pan	15 <b>M: Pan/aceite/agua</b> Lentejas estofadas con arroz integral con verduras Tortilla de patatas con champiñones salteados Fruta de temporada y pan	VE: 2996/717 GT: 19 GS: 2 HC: 106 AZ: 21 PROT: 33 SAL: 2
18 <b>M: Pan/aceite/agua</b> Arroz a banda Filete de merluza a la plancha con ajo y perejil con zanahoria y cebolla Fruta de temporada y pan	19 <b>M: Fruta</b> Crema de verduras Tortilla de patata y calabacín con patatas dado Fruta de temporada y pan	20 <b>M: Pan/tomate/agua</b> Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata) Ensalada completa Fruta de temporada y pan	21 <b>M: Fruta</b> Porrusalda Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan	22 <b>M: Pan/aceite/agua</b> Crema de verduras Pescado a la plancha Fruta de temporada y pan	VE: 2362/565 GT: 12 GS: 1 HC: 89 AZ: 22 PROT: 27 SAL: 2
25 <b>M: Pan/aceite/agua</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla de patatas con ensalada Fruta de temporada y pan	26 <b>M: Fruta</b> Sopa minestrone Filete de merluza a la plancha con parmentier de patata y cúrcuma Fruta de temporada y pan	27 <b>M: Pan/tomate/agua</b> Guiso marinero Tortilla francesa con salteado de verduras con tomate Fruta de temporada y pan	28 <b>M: Fruta</b> Ensalada completa Pasta con boloñesa de atún Fruta de temporada y pan	29 <b>M: Pan/aceite/agua</b> Crema de alubias Pescado a la andaluza con patatas fritas Fruta de temporada y pan	VE: 2789/667 GT: 19 GS: 2 HC: 100 AZ: 21 PROT: 27 SAL: 3

MES: Enero 2021

COLEGIO: AITANA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
El pan, la pasta, los rebozados y empanados, así como los postres, son sin gluten, con marcas certificadas por FACE				1	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4	5	6	7 <b>M: Fruta y lácteo</b> Paella de pescado Croquetas (sin gluten) con ensalada Fruta de temporada y pan	8 <b>M: Bocadillo atún</b> Sopa minestrone con quinoa Pollo en pepitoria con patatas fritas Postre especial y pan	VE: 3581/857 GT: 29 GS: 8 HC: 111 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 2
11 <b>M: Bocadillo york y queso</b> Macarrones napolitana Filete de lenguadina al horno con pisto Fruta de temporada y pan	12 <b>M: Fruta y lácteo</b> Sopa de cocido Cocido completo Fruta de temporada y pan	13 <b>M: Bocadillo pavo</b> Arroz al horno Tortilla francesa de queso con ensalada Postre lácteo y pan	14 <b>M: Fruta y lácteo</b> Puré de verduras Albóndigas con patatas fritas Fruta de temporada y pan	15 <b>M: Bocadillo atún</b> Lentejas estofadas con arroz integral con verduras Estofado de ternera con champiñones salteados Fruta de temporada y pan	VE: 3422/819 GT: 27 GS: 6 HC: 106 AZ: 22 PROT: 39 SAL: 2
18 <b>M: Bocadillo york y queso</b> Arroz a banda Filete de merluza a la plancha con ajo y perejil con zanahoria y cebolla Fruta de temporada y pan	19 <b>M: Fruta y lácteo</b> Crema de verduras Longaniza al horno con patatas dado Fruta de temporada y pan	20 <b>M: Bocadillo pavo</b> Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata) Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Postre lácteo y pan	21 <b>M: Fruta y lácteo</b> Porrusalda Tortilla de queso Idiazábal y bacalao con ensalada de lechuga y tomate Intxaursalsa y pan	22 <b>M: Bocadillo atún</b> Crema de verduras Wok de pavo con verduritas Fruta de temporada y pan	VE: 2785/666 GT: 20 GS: 4 HC: 88 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 2
25 <b>M: Bocadillo york y queso</b> Arroz tres delicias Pollo asado al limón con ensalada Fruta de temporada y pan	26 <b>M: Fruta y lácteo</b> Sopa minestrone Hamburguesa de ternera con parmentier de patata y cúrcuma Fruta de temporada y pan	27 <b>M: Bocadillo pavo</b> Olleta alicantina Tortilla francesa con salteado de verduras con tomate Postre lácteo y pan	28 <b>M: Fruta y lácteo</b> Pasta a la boloñesa Filete de merluza al horno con patatas al romero Fruta de temporada y pan	29 <b>M: Bocadillo atún</b> Pizza Croquetas (sin gluten) con ensalada Fruta de temporada y pan	VE: 2703/647 GT: 14 GS: 3 HC: 99 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 3

MES: Enero 2021

COLEGIO: AITANA. SIN LECHE, DERIVADOS DE LA LECHE, SÍ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
Ningún plato será elaborado con leche. Tampoco se servirá leche en las meriendas.				1	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4	5	6	7 <b>M: Fruta y lácteo</b> Croquetitas de jamón y miniempanadillas con ensalada Paella de pescado Fruta de temporada y pan	8 <b>M: Bocadillo atún</b> Sopa minestrone con quinoa Pollo en pepitoria con patatas fritas Copa Danone y pan	VE: 3524/843 GT: 29 GS: 10 HC: 107 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 3
11 <b>M: Bocadillo york y queso</b> Macarrones napolitana Filete de lenguadina al horno con pisto Fruta de temporada y pan	12 <b>M: Fruta y lácteo</b> Sopa de cocido Cocido completo Fruta de temporada y pan	13 <b>M: Bocadillo pavo</b> Arroz al horno Tortilla francesa de queso con ensalada Postre lácteo y pan	14 <b>M: Fruta y lácteo</b> Puré de verduras Albóndigas con patatas fritas Fruta de temporada y pan	15 <b>M: Bocadillo atún</b> Lentejas estofadas con arroz integral con verduras Estofado de ternera con champiñones salteados Fruta de temporada y pan	VE: 3422/819 GT: 27 GS: 6 HC: 106 AZ: 22 PROT: 39 SAL: 2
18 <b>M: Bocadillo york y queso</b> Arroz a banda Filete de merluza a la plancha con ajo y perejil con zanahoria y cebolla Fruta de temporada y pan	19 <b>M: Fruta y lácteo</b> Crema de verduras Longaniza al horno con patatas dado Fruta de temporada y pan	20 <b>M: Bocadillo pavo</b> Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata) Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Postre lácteo y pan	21 <b>M: Fruta y lácteo</b> Porrusalda Tortilla de queso Idiazábal y bacalao con ensalada de lechuga y tomate Intxaursalsa y pan	22 <b>M: Bocadillo atún</b> Crema de verduras Wok de pavo con verduritas Fruta de temporada y pan	VE: 2785/666 GT: 20 GS: 4 HC: 88 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 2
25 <b>M: Bocadillo york y queso</b> Arroz tres delicias Pollo asado al limón con ensalada Fruta de temporada y pan	26 <b>M: Fruta y lácteo</b> Sopa minestrone Hamburguesa de ternera con parmentier de patata y cúrcuma Fruta de temporada y pan	27 <b>M: Bocadillo pavo</b> Olleta alicantina Tortilla francesa con salteado de verduras con tomate Postre lácteo y pan	28 <b>M: Fruta y lácteo</b> Pasta (integral) con salsa boloñesa Filete de merluza al horno con patatas al romero Fruta de temporada y pan	29 <b>M: Bocadillo atún</b> Croquetitas de jamón y miniempanadillas con ensalada Pizza Fruta de temporada y pan	VE: 2822/675 GT: 15 GS: 3 HC: 102 AZ: 24 PROT: 36 SAL: 3