



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

OCTUBRE 2017

Menú Comedor

MES DE LAS LEGUMBRES *

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno	Crema de calabacín	Alubias blancas guisadas *	Arroz 3 delicias	Purrusalda **
Bacalao con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Costillas asadas	Salmón con ensalada	Merluza en salsa verde
Yogurt	Melocotón en almíbar	Manzana	Melón	Intxaursaltsa
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata	Pan de picos
Crema de calabaza	Pasta con chorizo	Lentejas castellanas *		
Atún con ensalada	Pollo al limón	Tortilla de calabacín	FESTIVO	NO LECTIVO
Manzana	Yogurt	Piña		
Pan blanco	Pan integral	Pan chapata		
Espirales a la italiana	Alubias pintas estofadas *	Habitas con jamón *	Paella de verduras	Sopa de estrellas
Revuelto de atún	Lomo con pisto	Salchichas con puré de patatas	Filete ruso en salsa	Delicias de pollo con ensalada de brotes de soja *
Yogurt	Manzana	Mandarina	Pera	Plátano
Pan blanco	Pan integral	Pan blanco	Pan chapata	Pan blanco
Judías verdes salteadas *	Coditos carbonara	Sopa de cocido	Arroz con tomate	Puré 7 verduras
Huevos con bechamel con ensalada	Emperador en salsa	Cocido completo *	Merluza a la romana con ensalada	Alitas de pollo asadas
Yogurt	Piña	Manzana	Plátano	Natillas
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco	Pan integral
Guisantes con jamón *	Crema de zanahoria			
Tortilla de patatas con tomate aliñado	Gallo con ensalada			
Yogurt	Manzana			
Pan blanco	Pan chapata			

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Hábito : "NO OLVIDES LAVARTE LAS MANOS ANTES DE COMER."

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.csmb.es

Día del País Vasco **



Menú Comedor Celiaco

OCTUBRE 2017

MES DE LAS LEGUMBRES

LUNES**MARTES****MIÉRCOLES****JUEVES****VIERNES**

Macarrones al horno	Crema de calabacín	Alubias blancas guisadas *	Arroz 3 delicias	Purrusalda **
Bacalao con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Costillas asadas	Salmón con ensalada	Merluza en salsa verde
Yogurt	Melocotón en almíbar	Manzana	Melón	Magdalena
Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco
Crema de calabaza	Pasta con chorizo	Lentejas castellanas *		
Atún con ensalada	Pollo al limón	Tortilla de calabacín	FESTIVO	NO LECTIVO
Manzana	Yogurt	Piña		
Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco		
Espirales a la italiana	Alubias pintas estofadas *	Habitas con jamón *	Paella de verduras	Sopa de estrellas
Revuelto de atún	Lomo con pisto	Salchichas con puré de patatas	Filete ruso en salsa	Delicias de pollo con ensalada
Yogurt	Manzana	Mandarina	Pera	Plátano
Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco
Judías verdes salteadas *	Pasta carbonara	Sopa de cocido	Arroz con tomate	Puré 7 verduras
Huevos con bechamel con ensalada	Emperador en salsa	Cocido completo *	Merluza a la romana con ensalada	Alitas de pollo asadas
Yogurt	Piña	Manzana	Plátano	Natillas
Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco
Guisantes con jamón *	Crema de zanahoria			
Tortilla de patatas con tomate aliñado	Gallo con ensalada			
Yogurt	Manzana			
Pan blanco	Pan blanco			

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Hábito :

Hábito : "NO OLVIDES LAVARTE LAS MANOS ANTES DE COMER."

Día del País Vasco **



Menú Comedor Leche

OCTUBRE 2017

MES DE LAS LEGUMBRES

LUNES**MARTES****MIÉRCOLES****JUEVES****VIERNES**

Macarrones al horno	Crema de calabacín	Alubias blancas guisadas *	Arroz 3 delicias	Purrusalda **
Bacalao con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Costillas asadas	Salmón con ensalada	Merluza en salsa verde
Yogurt de soja	Melocotón en almíbar	Manzana	Melón	Yogurt de soja
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata	Pan de picos
Crema de calabaza	Pasta con chorizo	Lentejas castellanas *		
Atún con ensalada	Pollo al limón	Tortilla de calabacín	FESTIVO	NO LECTIVO
Manzana	Yogurt de soja	Piña		
Pan blanco	Pan integral	Pan chapata		
Espirales a la italiana	Alubias pintas estofadas *	Habitas con jamón *	Paella de verduras	Sopa de estrellas
Revuelto de atún	Lomo con pisto	Salchichas con puré de patatas	Filete ruso en salsa	Delicias de pollo con ensalada de brotes de soja *
Yogurt de soja	Manzana	Mandarina	Pera	Plátano
Pan blanco	Pan integral	Pan blanco	Pan chapata	Pan blanco
Judías verdes salteadas *	Pasta con tomate	Sopa de cocido	Arroz con tomate	Puré 7 verduras
Huevos con bechamel con ensalada	Emperador en salsa	Cocido completo *	Merluza a la romana con ensalada	Alitas de pollo asadas
Yogurt de soja	Piña	Manzana	Plátano	Yogurt de soja
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco	Pan integral
Guisantes con jamón *	Crema de zanahoria			
Tortilla de patatas con tomate aliñado	Gallo con ensalada			
Yogurt de soja	Manzana			
Pan blanco	Pan chapata			

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Hábito : "NO OLVIDES LAVARTE LAS MANOS ANTES DE COMER."

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.csmb.es

Día del País Vasco **



Menú Comedor Leche y huevo

OCTUBRE 2017

MES DE LAS LEGUMBRES

LUNES**MARTES****MIÉRCOLES****JUEVES****VIERNES**

Macarrones al horno	Crema de calabacín	Alubias blancas guisadas *	Arroz 3 delicias (sin tortilla)	Purrusalda **
Bacalao con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Costillas asadas	Salmón con ensalada	Merluza en salsa verde
Yogurt de soja	Melocotón en almíbar	Manzana	Melón	Yogurt de soja
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata	Pan de picos
Crema de calabaza	Pasta con chorizo	Lentejas castellanas *		
Atún con ensalada	Pollo al limón	Filete con ensalada	FESTIVO	NO LECTIVO
Manzana	Yogurt	Piña		
Pan blanco	Pan integral	Pan chapata		
Espirales a la italiana	Alubias pintas estofadas *	Habitas con jamón *	Paella de verduras	Sopa de estrellas
Pollo salteado	Lomo con pisto	Salchichas con puré de patatas	Filete ruso en salsa	Delicias de pollo con ensalada de brotes de soja *
Yogurt de soja	Manzana	Mandarina	Pera	Plátano
Pan blanco	Pan integral	Pan blanco	Pan chapata	Pan blanco
Judías verdes salteadas *	Pasta con tomate	Sopa de cocido	Arroz con tomate	Puré 7 verduras
Filete con ensalada	Emperador en salsa	Cocido completo *	Merluza con ensalada	Alitas de pollo asadas
Yogurt de soja	Piña	Manzana	Plátano	Yogurt de soja
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco	Pan integral
Guisantes con jamón *	Crema de zanahoria			
Tortilla de patatas con tomate aliñado	Gallo con ensalada			
Yogurt	Manzana			
Pan blanco	Pan chapata			

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Hábito : "NO OLVIDES LAVARTE LAS MANOS ANTES DE COMER."

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.csmb.es

Día del País Vasco **



Menú Comedor Huevo

OCTUBRE 2017

MES DE LAS LEGUMBRES

LUNES**MARTES****MIÉRCOLES****JUEVES****VIERNES**

Macarrones al horno	Crema de calabacín	Alubias blancas guisadas *	Arroz 3 delicias (sin tortilla)	Purrusalda **
Bacalao con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Costillas asadas	Salmón con ensalada	Merluza en salsa verde
Yogurt	Melocotón en almíbar	Manzana	Melón	Intxaursaltsa
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata	Pan de picos
Crema de calabaza	Pasta con chorizo	Lentejas castellanas *		
Atún con ensalada	Pollo al limón	Filete con ensalada	FESTIVO	NO LECTIVO
Manzana	Yogurt	Piña		
Pan blanco	Pan integral	Pan chapata		
Espirales a la italiana	Alubias pintas estofadas *	Habitas con jamón *	Paella de verduras	Sopa de estrellas
Pollo salteado	Lomo con pisto	Salchichas con puré de patatas	Filete ruso en salsa	Delicias de pollo con ensalada de brotes de soja *
Yogurt	Manzana	Mandarina	Pera	Plátano
Pan blanco	Pan integral	Pan blanco	Pan chapata	Pan blanco
Judías verdes salteadas *	Coditos carbonara	Sopa de cocido	Arroz con tomate	Puré 7 verduras
Filete con ensalada	Emperador en salsa	Cocido completo *	Merluza con ensalada	Alitas de pollo asadas
Yogurt	Piña	Manzana	Plátano	Natillas
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco	Pan integral
Guisantes con jamón *	Crema de zanahoria			
Pollo con tomate aliñado	Gallo con ensalada			
Yogurt	Manzana			
Pan blanco	Pan chapata			

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Hábito : "NO OLVIDES LAVARTE LAS MANOS ANTES DE COMER."

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.csmb.es

Día del País Vasco **

Menú Comedor Legumbres

OCTUBRE 2017



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno	Crema de calabacín	Pasta con verduras	Arroz 3 delicias (sin guisantes)	Purrusalda **
Bacalao con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Costillas asadas	Salmón con ensalada	Merluza en salsa verde
Yogurt	Melocotón en almíbar	Manzana	Melón	Intxaursaltsa
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata	Pan de picos
Crema de calabaza	Pasta con chorizo	Arroz saltado		
Atún con ensalada	Pollo al limón	Tortilla de calabacín	FESTIVO	NO LECTIVO
Manzana	Yogurt	Piña		
Pan blanco	Pan integral	Pan chapata		
Espirales a la italiana	Crema de zanahoria	Crema de zanahoria	Paella de verduras	Sopa de estrellas
Revuelto de atún	Lomo con pisto	Salchichas con puré de patatas	Filete ruso en salsa	Delicias de pollo con ensalada
Yogurt	Manzana	Mandarina	Pera	Plátano
Pan blanco	Pan integral	Pan blanco	Pan chapata	Pan blanco
Crema de calabacín	Coditos carbonara	Sopa de fideos+	Arroz con tomate	Puré 7 verduras
Huevos con bechamel con ensalada	Emperador en salsa	Pollo con verduras	Merluza a la romana con ensalada	Alitas de pollo asadas
Yogurt	Piña	Manzana	Plátano	Natillas
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco	Pan integral
Arroz salteado	Crema de zanahoria	<p>Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar</p> <p>Hábito : "NO OLVIDES LAVARTE LAS MANOS ANTES DE COMER."</p> <p>Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.csmb.es</p> <p>Día del País Vasco **</p>		
Tortilla de patatas con tomate aliñado	Gallo con ensalada			
Yogurt	Manzana			
Pan blanco	Pan chapata			

OCTUBRE 2017

Menú Comedor Huevo y legumbres



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno	Crema de calabacín	Pasta con verduras	Arroz 3 delicias (sin guisantes ni tortilla)	Purrusalda **
Bacalao con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Costillas asadas	Salmón con ensalada	Merluza en salsa verde
Yogurt	Melocotón en almíbar	Manzana	Melón	Intxaursaltsa
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata	Pan de picos
Crema de calabaza	Pasta con chorizo	Arroz salteado		
Atún con ensalada	Pollo al limón	Filete con ensalada	FESTIVO	NO LECTIVO
Manzana	Yogurt	Piña		
Pan blanco	Pan integral	Pan chapata		
Espirales a la italiana	Alubias pintas estofadas *	Crema de zanahorias	Paella de verduras	Sopa de estrellas
Pollo salteado	Lomo con pisto	Salchichas con puré de patatas	Filete ruso en salsa	Delicias de pollo con ensalada
Yogurt	Manzana	Mandarina	Pera	Plátano
Pan blanco	Pan integral	Pan blanco	Pan chapata	Pan blanco
Crema de calabacín	Coditos carbonara	Sopa de fideos	Arroz con tomate	Puré 7 verduras
Filete con ensalada	Emperador en salsa	Pollo con verduras	Merluza con ensalada	Alitas de pollo asadas
Yogurt	Piña	Manzana	Plátano	Natillas
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco	Pan integral
Arroz salteado	Crema de zanahoria	<p>Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar</p> <p>Hábito : "NO OLVIDES LAVARTE LAS MANOS ANTES DE COMER."</p> <p>Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.csmb.es</p> <p>Día del País Vasco **</p>		
Pollo con tomate aliñado	Gallo con ensalada			
Yogurt	Manzana			
Pan blanco	Pan chapata			



Menú Comedor pescado

OCTUBRE 2017

MES DE LAS LEGUMBRES

LUNES**MARTES****MIÉRCOLES****JUEVES****VIERNES**

Macarrones al horno	Crema de calabacín	Alubias blancas guisadas *	Arroz 3 delicias	Purrusalda **
Bacalao con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Costillas asadas	Filete con ensalada	Pollo salteado
Yogurt	Melocotón en almíbar	Manzana	Melón	Intxaursaltsa
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata	Pan de picos
Crema de calabaza	Pasta con chorizo	Lentejas castellanas *		
Filete con ensalada	Pollo al limón	Tortilla de calabacín	FESTIVO	NO LECTIVO
Manzana	Yogurt	Piña		
Pan blanco	Pan integral	Pan chapata		
Espirales a la italiana	Alubias pintas estofadas *	Habitas con jamón *	Paella de verduras	Sopa de estrellas
Revuelto de atún	Lomo con pisto	Salchichas con puré de patatas	Filete ruso en salsa	Delicias de pollo con ensalada de brotes de soja *
Yogurt	Manzana	Mandarina	Pera	Plátano
Pan blanco	Pan integral	Pan blanco	Pan chapata	Pan blanco
Judías verdes salteadas *	Coditos carbonara	Sopa de cocido	Arroz con tomate	Puré 7 verduras
Huevos con bechamel con ensalada	Pollo en salsa	Cocido completo *	Filete con ensalada	Alitas de pollo asadas
Yogurt	Piña	Manzana	Plátano	Natillas
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco	Pan integral
Guisantes con jamón *	Crema de zanahoria			
Tortilla de patatas con tomate aliñado	Pollo con ensalada			
Yogurt	Manzana			
Pan blanco	Pan chapata			

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Hábito : "NO OLVIDES LAVARTE LAS MANOS ANTES DE COMER."

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Día del País Vasco **



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Menú Comedor Escuelita 1º Año

OCTUBRE 2017

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Puré de calabacín y boniato	Puré de patata y apio	Puré de calabaza	Puré de puerro y cebolla	Puré de zanahoria
Pollo	Pavo	Ternera	Pollo	Pavo
Yogurt	Yogurt	Yogurt	Yogurt	Yogurt
Puré de calabaza	Puré de calabacín y boniato	Puré de patata y apio		
Ternera	Pollo	Pavo	FESTIVO	NO LECTIVO
Yogurt	Yogurt	Yogurt		
Puré de calabacín y cebolla	Puré de apio y patata	Puré de calabaza	Puré de zanahoria	Puré de puerro y patata
Pollo	Pavo	Ternera	Pollo	Pavo
Yogurt	Yogurt	Yogurt	Yogurt	Yogurt
Puré de calabaza	Puré de boniato y patata	Puré de zanahoria y patata	Puré de puerro y apio	Puré de calabacín y cebolla
Ternera	Pollo	Pavo	Ternera	Pollo
Yogurt	Yogurt	Yogurt	Yogurt	Yogurt
Puré de zanahoria y apio	Puré de calabaza y puerro			
Pavo	Ternera			
Yogurt	Yogurt			

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Hábito : "NO OLVIDES LAVARTE LAS MANOS ANTES DE COMER."

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Menú Recomendación Cena

OCTUBRE 2017

MES DE LAS LEGUMBRES

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Brócoli salteado	Sopa maravilla	Crema de espinacas	Judías verdes rehogadas	Crema de calabacín
Pechuga de pollo plancha con arroz	Dorada con ensalada	Tortilla de patatas	Filete empanado	Ternera asada
Fruta	Brocheta de frutas	Yogurt	Macedonia	Macedonia
Arroz con champiñones	Sopa de pescado	Coliflor con bechamel		
Ragout de pavo	Revuelto de jamón y queso	Salmón al horno	FESTIVO	NO LECTIVO
Fruta	Fruta	Yogurt		
Guisantes con jamón	Espaguetis al pesto	Ensalada mixta	Lombarda salteada	Arroz con trigueros
Gallo con ensalada	Tortilla francesa	Merluza en salsa	Atún a la plancha con ensalada	Chuleta de cerdo con tomate
Fruta	Cuajada	Queso con membrillo	Yogurt	Fruta
Salteado de verduras con patatas	Crema de calabaza	Acelgas rehogadas	Sopa de estrellas	Arroz 3 delicias
Lubina al horno	Pollo asado con ensalada	Boquerones con ensalada	Lomo con pimientos	Revuelto de gambas
Fruta	Yogurt	Macedonia de frutas	Fruta	Brocheta de fruta
Pasta con langostinos	Champiñones al ajillo			
Filete de pavo con ensalada	Ternera guisada			
Fruta	Yogurt			

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Hábito : "NO OLVIDES LAVARTE LAS MANOS ANTES DE COMER."

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es