

ENERO 2018

Menú Comedor



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

MES DEL MAR

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno	Guisantes con jamón	Sopa de estrellas	Puré de verduras	Lentejas castellanas
Merluza a la romana con zanahoria baby	Tortilla de patatas con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Pollo guisado	Boquerones rebozados con tomate aliñado
Yogurt	Manzana	Mandarina	Buñuelos	Plátano
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco
Espirales a la italiana	Paella de mariscos	Sopa de cocido gallego **	Arroz tres delicias	Crema de calabaza
Revuelto de atún con calabacín	Costillas asadas	Merluza a la gallega	Flamenquines con ensalada	Filete ruso en salsa
Yogurt	Piña	Tarta de Santiago	Plátano	Manzana
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan de picos	Pan blanco
Judías verdes salteadas	Alubias blancas guisadas	Patatas con calamares	Crema de calabacín	Coditos carbonara
Bacalao con pisto	Lomo con ensalada	Alitas de pollo asadas	Huevos con bechamel	Salmón en salsa de eneldo
Mandarina	Yogurt	Manzana	Melocotón en almíbar	Plátano
Pan blanco	Pan blanco	Pan de picos	Pan blanco	Pan chapata
Crema de zanahoria	Lazos con tomate	Sopa de cocido	<p>Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación</p> <p>Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es</p> <p style="text-align: center;">Día de Galicia **</p> <p style="text-align: center;">Hábito : "NO JUEGO CON LA COMIDA EN LA MESA."</p>	
Rape en salsa marinera	Pollo al limón	Cocido madrileño		
Yogurt	Naranja	Manzana		
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral		



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Menú Comedor intorelante al gluten

ENERO 2018

MES DEL MAR

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno	Guisantes con jamón	Sopa de fideos	Puré de verduras	Lentejas castellanas
Merluza a la romana con zanahoria baby	Tortilla de patatas con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Pollo guisado	Boquerones rebozados con tomate aliñado
Yogurt	Manzana	Mandarina	Natillas	Plátano
Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco
Espirales a la italiana	Paella de mariscos	Sopa de cocido gallego **	Arroz tres delicias	Crema de calabaza
Revuelto de atún con calabacín	Costillas asadas	Merluza a la gallega	Rollito de jamon y queso	Filete ruso en salsa
Yogurt	Piña	Magdalena sin gluten	Plátano	Manzana
Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco
Judías verdes salteadas	Alubias blancas guisadas	Patatas con calamares	Crema de calabacín	Pasta carbonara
Bacalao con pisto	Lomo con ensalada	Alitas de pollo asadas	Huevos rellenos	Salmón en salsa de eneldo
Mandarina	Yogurt	Manzana	Melocotón en almíbar	Plátano
Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco
Crema de zanahoria	Pasta con tomate	Sopa de cocido	<p>Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es</p> <p>Día de Galicia **</p> <p>Hábito : "NO JUEGO CON LA COMIDA EN LA MESA."</p>	
Rape en salsa marinera	Pollo al limón	Cocido madrileño		
Yogurt	Naranja	Manzana		
Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco		



Menú Comedor intolerante leche

ENERO 2018

MES DEL MAR

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

Macarrones al horno	Guisantes con jamón	Sopa de estrellas	Puré de verduras	Lentejas castellanas
Merluza a la romana con zanahoria baby	Tortilla de patatas con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Pollo guisado	Boquerones rebozados con tomate aliñado
Yogurt de soja	Manzana	Mandarina	Yogurt de soja	Plátano
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco
Espirales a la italiana	Paella de mariscos	Sopa de cocido gallego **	Arroz tres delicias	Crema de calabaza
Revuelto de atún con calabacín	Costillas asadas	Merluza a la gallega	Flamenquines con ensalada	Filete ruso en salsa
Yogurt de soja	Piña	Yogurt de soja	Plátano	Manzana
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan de picos	Pan blanco
Judías verdes salteadas	Alubias blancas guisadas	Patatas con calamares	Crema de calabacín	Pasta con tomate
Bacalao con ensalada	Lomo con pisto	Alitas de pollo asadas	Huevos rellenos	Salmón en salsa de eneldo
Mandarina	Yogurt de soja	Manzana	Melocotón en almíbar	Plátano
Pan blanco	Pan blanco	Pan de picos	Pan blanco	Pan chapata
Crema de zanahoria	Lazos con tomate	Sopa de cocido	<p>Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es</p> <p>Día de Galicia **</p> <p>Hábito : "NO JUEGO CON LA COMIDA EN LA MESA."</p>	
Rape en salsa	Pollo al limón	Cocido madrileño		
Yogurt de soja	Naranja	Manzana		
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral		



Menú comedor intolerante leche y huevo

ENERO 2018

MES DEL MAR

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno	Guisantes con jamón	Sopa de estrellas	Puré de verduras	Lentejas castellanas
Merluza a la romana con zanahoria baby	Filete con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Pollo guisado	Pescado con tomate aliñado
Yogurt de soja	Manzana	Mandarina	Yogurt de soja	Plátano
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco
Espirales a la italiana	Paella de mariscos	Sopa de cocido gallego **	Arroz tres delicias (sin tortilla)	Crema de calabaza
Pollo salteado con calabacín	Costillas asadas	Merluza a la gallega	Lacon salteado con ensalada	Filete ruso en salsa
Yogurt de soja	Piña	Yogurt de soja	Plátano	Manzana
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan de picos	Pan blanco
Judías verdes salteadas	Alubias blancas guisadas	Patatas con calamares	Crema de calabacín	Coditos con tomate
Bacalao con ensalada	Lomo con pisto	Alitas de pollo asadas	Salchichas	Salmón en salsa de eneldo
Mandarina	Yogurt de soja	Manzana	Melocotón en almíbar	Plátano
Pan blanco	Pan blanco	Pan de picos	Pan blanco	Pan chapata
Crema de zanahoria	Lazos con tomate	Sopa de cocido	<p>Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es</p> <p>Día de Galicia **</p> <p>Hábito : "NO JUEGO CON LA COMIDA EN LA MESA."</p>	
Rape en salsa	Pollo al limón	Cocido madrileño		
Yogurt de soja	Naranja	Manzana		
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral		



Menú Comedor intolerante huevo

ENERO 2018

MES DEL MAR

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

Macarrones al horno	Guisantes con jamón	Sopa de estrellas	Puré de verduras	Lentejas castellanas
Merluza a la romana con zanahoria baby	Filete con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Pollo guisado	Boquerones rebozados con tomate aliñado
Yogurt	Manzana	Mandarina	Natillas chocolate	Plátano
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco
Espirales a la italiana	Paella de mariscos	Sopa de cocido gallego **	Arroz tres delicias (sin tortilla)	Crema de calabaza
Pollo salteado con calabacín	Costillas asadas	Merluza a la gallega	Flamenquines con ensalada	Filete ruso en salsa
Yogurt	Piña	Natillas	Plátano	Manzana
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan de picos	Pan blanco
Judías verdes salteadas	Alubias blancas guisadas	Patatas con calamares	Crema de calabacín	Coditos carbonara
Bacalao con ensalada	Lomo con pisto	Alitas de pollo asadas	Salchichas	Salmón en salsa de eneldo
Mandarina	Yogurt	Manzana	Melocotón en almíbar	Plátano
Pan blanco	Pan blanco	Pan de picos	Pan blanco	Pan chapata
Crema de zanahoria	Lazos con tomate	Sopa de cocido	<p>Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es</p> <p>Día de Galicia **</p> <p>Hábito : "NO JUEGO CON LA COMIDA EN LA MESA."</p>	
Rape en salsa marinera	Pollo al limón	Cocido madrileño		
Yogurt	Naranja	Manzana		
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral		



Menú Comedor intolerante legumbres

ENERO 2018

MES DEL MAR

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

Macarrones al horno	Crema de zanahorias	Sopa de estrellas	Puré de verduras	Arroz salteado
Merluza a la romana con zanahoria baby	Tortilla de patatas con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Pollo guisado	Boquerones rebozados con tomate aliñado
Yogurt	Manzana	Mandarina	Buñuelos	Plátano
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco
Espirales a la italiana	Paella de mariscos	Sopa de fideos **	Arroz tres delicias (sin guisantes)	Crema de calabaza
Revuelto de atún con calabacín	Costillas asadas	Merluza a la gallega	Flamenquines con ensalada	Filete ruso en salsa
Yogurt	Piña	Tarta de Santiago	Plátano	Manzana
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan de picos	Pan blanco
Crema de calabaza	Arroz con verduras	Patatas con calamares	Crema de calabacín	Coditos carbonara
Bacalao con ensalada	Lomo con pisto	Alitas de pollo asadas	Huevos con bechamel	Salmón en salsa de eneldo
Mandarina	Yogurt	Manzana	Melocotón en almíbar	Plátano
Pan blanco	Pan blanco	Pan de picos	Pan blanco	Pan chapata
Crema de zanahoria	Lazos con tomate	Sopa de fideos	<p>Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es</p> <p>Día de Galicia **</p> <p>Hábito : "NO JUEGO CON LA COMIDA EN LA MESA."</p>	
Rape en salsa marinera	Pollo al limón	Pollo con verduras		
Yogurt	Naranja	Manzana		
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral		



Menú Comedor intolerante huevo y legumbres

ENERO 2018

MES DEL MAR

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES

Macarrones al horno	Crema de zanahorias	Sopa de estrellas	Puré de verduras	Arroz salteado
Merluza a la romana con zanahoria baby	Filete con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Pollo guisado	Boquerones rebozados con tomate aliñado
Yogurt	Manzana	Mandarina	Natillas chocolate	Plátano
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco
Espirales a la italiana	Paella de mariscos	Sopa de fideos **	Arroz con verduras	Crema de calabaza
Pollo salteado con calabacín	Costillas asadas	Merluza a la gallega	Flamenquines con ensalada	Filete ruso en salsa
Yogurt	Piña	Natillas	Plátano	Manzana
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan de picos	Pan blanco
Crema de calabaza	Arroz salteado	Patatas con calamares	Crema de calabacín	Coditos carbonara
Bacalao con ensalada	Lomo con pisto	Alitas de pollo asadas	Salchichas	Salmón en salsa de eneldo
Mandarina	Yogurt	Manzana	Melocotón en almíbar	Plátano
Pan blanco	Pan blanco	Pan de picos	Pan blanco	Pan chapata
Crema de zanahoria	Lazos con tomate	Sopa de fideos	<p>Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es</p> <p>Día de Galicia **</p> <p>Hábito : "NO JUEGO CON LA COMIDA EN LA MESA."</p>	
Rape en salsa marinera	Pollo al limón	Pollo con verduras		
Yogurt	Naranja	Manzana		
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral		

ENERO 2018

Menú comedor intolerante pescado



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

MES DEL MAR

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno	Guisantes con jamón	Sopa de estrellas	Puré de verduras	Lentejas castellanas
Pollo con zanahoria baby	Tortilla de patatas con ensalada	Albóndigas a la jardinera	Pollo guisado	Fielte con tomate aliñado
Yogurt	Manzana	Mandarina	Buñuelos	Plátano
Pan blanco	Pan de picos	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco
Espirales a la italiana	Arroz con verduras	Sopa de cocido gallego **	Arroz tres delicias	Crema de calabaza
Revuelto de jamon con calabacin	Costillas asadas	Pollo salteado	Flamenquines con ensalada	Filete ruso en salsa
Yogurt	Piña	Tarta de Santiago	Plátano	Manzana
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan de picos	Pan blanco
Judías verdes salteadas	Alubias blancas guisadas	Patatas con guisadas	Crema de calabacín	Coditos carbonara
Pollo con ensalada	Lomo con pisto	Alitas de pollo asadas	Huevos con bechamel	Salmón en salsa de eneldo
Mandarina	Yogurt	Manzana	Melocotón en almíbar	Plátano
Pan blanco	Pan blanco	Pan de picos	Pan blanco	Pan chapata
Crema de zanahoria	Lazos con tomate	Sopa de cocido	<p>Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es</p> <p>Día de Galicia **</p> <p>Hábito : "NO JUEGO CON LA COMIDA EN LA MESA."</p>	
Salchichas	Pollo al limón	Cocido madrileño		
Yogurt	Naranja	Manzana		
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral		

ENERO 2018

Menú Comedor Escolita 1º Año



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

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 calabacín y boniato	Puré de patata y apio	Puré de puerro y cebolla	Puré de calabacín y boniato
Ternera	Pollo	Pavo	Ternera	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	Puré de puerro y patata	<p>Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación</p> <p>Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es</p> <p>Hábito : "NO JUEGO CON LA COMIDA EN LA MESA."</p>	
Pavo	Ternera	Pollo		
Yogurt	Yogurt	Yogurt		

ENERO 2018

Menú Recomendación Cena



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Sopa de fideos	Crema de espinacas	Judías verdes salteadas	Espaguetis boloñesa	Arroz con verduras
Pollo al limón	Salmón en salsa	Revuelto de atún	Merluza con ensalada	Lomo asado
Fruta	Yogurt	Macedonia de fruta	Fruta	Natillas
Crema de calabaza	Guisantes con jamón	Menestra de verduras	Macarrones con queso	Arroz con pollo
Bacalao con ensalada	Tortilla de patatas	Salchichas con puré de patatas	Atún con ensalada	Tortilla francesa
Fruta	Fruta	Macedonia de fruta	Yogurt	Fruta
Crema de verduras	Sopa de estrellas	Espirales con tomate	Arroz salteado	Crema de patata y puerro
Pollo con patatas	Merluza a la romana	Ragout de ternera	Gallo con ensalada	Revuelto de jamón
Yogurt	Fruta	Fruta	Natillas	Macedonia de fruta
Sopa de ave con fideos	Crema de calabacín	Arroz con verduras	<p>Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación</p> <p>Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es</p> <p>Hábito : "NO JUEGO CON LA COMIDA EN LA MESA."</p>	
Cordón blue de pavo con ensalada	Boquerones con ensalada	Albóndigas guisadas		
Fruta	Yogurt	Fruta		