*Menú IS Andalucía. Sept-Oct 2022

Sin Fructosa Sin Lactosa Sin Gluten y Sin Legumbres - . - Colegios IN SITU

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
12 Crema de Calabaza sin Cebolla Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Bacalao al Horno sin Cebolla Bacalao, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	**13** Guiso de Patatas y Verduras Sin Cebolla Sin Tomate Sin Zanahoria Patata Dado Eco, Alcachofa, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Arroz + Ave + Lácteo o Fruta	**14** Macarrones Sin Gluten con Albahaca Espagueti S/gluten, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Albahaca Fresca, Sal Fina Yodada Cazuela de Patatas con Carne Sin Cebolla Sin Tomate Sin Zanahoria Patata Dado Eco, Ternera Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta Temporada ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta	**15** Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada Pollo al Horno sin Cebolla Pollo Contramuslo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Perejil Arroz con Calabacín Arroz Vaporizado, Calabacin Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta	**16** Arroz con Calabaza y Puerro Arroz Vaporizado, Puerro Rodaja, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Merluza al Horno sin Cebolla Merluza Minced, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta
19 Arroz Caldoso de Verduras Sin Cebolla Sin Tomate Sin Zanahoria Sin Guisantes Sin Judías verdes Arroz Vaporizado, Pimiento Rojo Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Alcachofa Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta	**20** Crema de Verduras Sin Cebolla Sin Zanahoria Calabaza Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Espaguetis Sin Gluten Boloñesa Sin Tomate Espagueti S/gluten, Pollo Picada, Ternera Picada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta Temporada ***Cena:*** Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta	**21** Ensalada de Lechuga y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Huevo Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Guiso de Patatas y Verduras Sin Cebolla Sin Tomate Sin Zanahoria Patata Dado Eco, Alcachofa, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Rojo Dado Eco Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta	**22** Crema de Calabacín sin Cebolla Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Perejil, Sal Fina Yodada Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	**23** Macarrones Sin Gluten con Calabacín Macarrones Sin gluten - Seco, Calabacin Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Jureles al Horno Jurel Filete 60/100, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada Ensalada Rústica * Lech. Romana, Esc. Rizada, Achicoria, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo o Fruta
26 Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada Cazuela de Fideos sin Gluten con Choco Sin Cebolla Sin Tomate Sin Zanahoria Sin Guisantes Patata Dado Eco, Fideos Sin Gluten, Poton, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Arroz + Carne + Fruta	**27** Crema Hortelana Sin Cebolla Sin Zanahoria Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Espinacas Arroz con Pollo Arroz Vaporizado, Pollo Contramuslo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta Temporada ***Cena:*** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	**28** Cazuela de patatas, Calabacín y Verduras Sin Cebolla Sin Tomate Sin Zanahoria Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta	**29** Crema de Espinacas Sin Cebolla Espinacas, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Merluza a la Plancha Merluza Filete S/p, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Ajo Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Agrio Limon, Tomillo Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta	**30** Espaguetis Sin Gluten con Orégano Espagueti S/gluten, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Oregano Salmón al Horno en Salsa Sin Cebolla Salmon Cola C/p, Patata Panadera Eco, Agrio Limon, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Ensalada Clásica Ensalada Clasica 500g, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta Temporada ***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta
3 Crema de Calabaza sin Cebolla Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Cazuela de Patatas con Carne Sin Cebolla Sin Tomate Sin Zanahoria Patata Dado Eco, Ternera Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	**4** Macarrones Sin Gluten con Calabaza y Calabacín Macarrones Sin gluten - Seco, Calabaza Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Tortilla Francesa Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta	**5** Ensalada de Lechuga y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Huevo Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Pollo al Horno sin Cebolla Pollo Contramuslo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Perejil Arroz con Calabacín Arroz Vaporizado, Calabacin Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta	**6** Crema de Verduras Sin Cebolla Sin Zanahoria Calabaza Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco Dados de Pavo al Horno Sin Cebolla Pavo Dado, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta Temporada ***Cena:*** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta	**7** Paella de Verduras Sin Cebolla Sin Tomate Sin Zanahoria Sin Guisante Sin Judías Verdes Arroz Vaporizado, Alcachofa, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Verde Dado Eco Merluza al Horno en Salsa Verde Sin Cebolla Merluza Minced, Patata Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco, Perejil Ensalada Mézclum Escarola, Lechuga, Tatsoi, Rúcula, Espinaca, Achic, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada Pan Sin Gluten Sin Soja (Sin Huevo ni Leche) Pan S/glu Fruta de Temporada ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo o Fruta

Aliment Arte