

































































NUEVO MENÚ ESCOLAR	C.E.I.P. SAN JORGE - Servicio de Comedor Escolar - Curso 2020-21.					
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	
1ª SEMANA	PRIMER PLATO	POTAJE DE LENTEJAS	ESPINACAS CON GARBANZOS	PAELLA CON HABAS, MARISCO, CHOCOS Y VERDURAS  	PASTA CON SALSA DE TOMATE, CEBOLLA Y AJO 	COCIDO DE CALABAZA Y JUDÍAS VERDES
	SEGUNDO PLATO	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA MIXTA 	ROSADA CON ENSALADA MIXTA   	PIMENTADA CON MELVA EN ACEITE  	PESCADA AL HORNO EN SALSA DE VERDURA   	TORTILLA DE PATATAS. 
	POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	LÁCTEO / FRUTA 	FRUTA DE TEMPORADA	LÁCTEO / FRUTA  
2ª SEMANA	PRIMER PLATO	PURE DE CALABACÍN Y OTRAS VERDURAS	FIDEUÁ DE RAPE, GAMBAS Y CHOCO    	POTAJE DE GARBANZOS CON BACALAO 	SOPA DE LETRAS 	POTAJE DE ARROZ Y HABICHUELAS PINTA
	SEGUNDO PLATO	CARNE DE CERDO EN SALSA CON SALTEADO DE VERDURAS 	ENSALADA MIXTA 	TOMATE ALIÑADO CON ATÚN Y HUEVO  	POLLO AL HORNO CON PATATAS.	HUEVOS RELLENOS DE ATÚN CON LECHUGA   
	POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	LÁCTEO / FRUTA 	FRUTA DE TEMPORADA	LÁCTEO / FRUTA 
3ª SEMANA	PRIMER PLATO	JUDÍAS SALTEADAS CON HUEVO 	POTAJE DE HABICHUELAS	ARROZ DE PUCHERO Y GARBANZOS	PASTA CON SALSA DE TOMATE, CEBOLLA Y AJO 	PATATAS GUIADAS CON CHOCO Y HABAS   
	SEGUNDO PLATO	PICADILLO CON CABALLA EN ACEITE  	PEZ ESPADA A LA PLANCHA CON ENSALADA MIXTA  	TORTILLA DE PATATAS.  	LOMO DE CERDO AL HORNO CON ENSALADA MIXTA  	PECHUGA DE POLLO EMPANADA CON ENSALADA MIXTA   
	POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA 	LÁCTEO / FRUTA	FRUTA DE TEMPORADA	LÁCTEO / FRUTA  
4ª SEMANA	PRIMER PLATO	PURE DE CALABACÍN Y OTRAS VERDURAS	PUCHERO DE GARBANZOS Y FIDEOS 	POTAJE DE LENTEJAS	ARROZ CON VERDURAS Y POLLO	PASTA CON SALSA DE TOMATE  
	SEGUNDO PLATO	CARNE DE CERDO CON TOMATE Y ARROZ BLANCO.	PATATAS REVUELTAS CON HUEVO 	BOQUERONES CON ENSALADA MIXTA   	ROSADA CON ENSALADA MIXTA   	HUEVOS RELLENOS DE ATÚN CON LECHUGA  
	POSTRE	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	LÁCTEO / FRUTA	FRUTA DE TEMPORADA	LÁCTEO / FRUTA  

Información de alérgenos:



NOTA: La ensalada mixta está elaborada con una combinación de los siguientes ingredientes: tomate, lechuga, maíz, espárragos, zanahoria, col, cebolla, pimiento y frutas varias. Todos los platos están elaborados usando aceite de oliva virgen extra y sal yodada, y se acompañan con una pieza individual de pan integral/ blanco.

Los días que hay lácteos de postre, también se ofrece fruta de temporada para aquellos comensales que la quieran. La pasta con salsa de tomate se acompaña de chorizo, huevo, atún o carne de cerdo.

ESTAMOS ABIERTOS A CUALQUIER SUGERENCIA POR PARTE DE LAS FAMILIAS. DE TODAS FORMAS, LA MODIFICACIÓN DEL MENÚ APROBADO EN EL CONSEJO ESCOLAR ESTARÁ SIEMPRE EN FUNCIÓN DE LAS CONDICIONES DEL SERVICIO.

Para el alumnado con menú árabe, los platos que llevan carne de cerdo se sustituyen por los siguientes menús:

- *Los distintos guisos y potajes se hacen igual, pero eliminando la carne de cerdo.*
- *En los arroces y pasta se sustituye la carne de cerdo por marisco (gamba principalmente), sepia y pescado.*
- *Pescados fritos varios.*
- *Albóndigas de choco.*
- *Tortilla a la francesa.*

En Palos de la Frontera, a 26 de OCTUBRE de 2020.