

MENU CASERO SEPTIEMBRE 2021

COLEGIO ÁGORA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

FECHA	DESCRIPCIÓN
13/09/2021	Ensalada de lechuga con manzana y zanahoria
	Paella de pollo y verduritas de la huerta
	Fruta de temporada
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. No aplica Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: No aplica. Vegetarianos: Sin pollo con tofu.

FECHA	DESCRIPCIÓN
20/09/2021	Lentejas guisadas con chorizo
	Tortilla francesa
	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria
	Macedonia
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. Sustitución por cinta de lomo. Lácteos. No aplica Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: No aplica. Vegetarianos: Sin chorizo

FECHA	DESCRIPCIÓN
27/09/2021	Pizza
	de champiñón, calabacín, jamón york y cebolla
	Helado

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. Sustitución por cinta de lomo. Lácteos. Queso y helado sin lactosa Celiacos: Base de pizza sin gluten. Pescado: No aplica. Vegetarianos: Pizza vegetal sin jamón york.

FECHA	DESCRIPCIÓN
07/09/2021	Garbanzos guisados con verduras
	Rabas de calamar
	Ensalada de tomate y cebolla con orégano
	Fruta de temporada
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. No aplica Celiacos: Pan y Rebozado sin gluten. Pescado: Cinta de lomo. Vegetarianos: Salchichas vegetarianas

FECHA	DESCRIPCIÓN
14/09/2021	Ensalada de arroz
	Tortilla francesa
	Pimientos verdes fritos
	Macedonia de frutas
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. Cinta de lomo. Lácteos. No aplica. Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: No aplica. Vegetarianos: No aplica

FECHA	DESCRIPCIÓN
21/09/2021	Espinacas con besamel
	Bacalao en salsa
	Ensalada lechuga Batavia, zanahoria y maíz
	Fruta de temporada
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. Sin besamel. Celiacos: Pan y pasta sin gluten. Pescado: San Jacobos. Vegetarianos: Garbanzos rehogados con ajo, cebolla y tomate.

FECHA	DESCRIPCIÓN
28/09/2021	Ensaladilla rusa
	Calamares
	Fruta de temporada
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. Sin huevo ni mahonesa. Lácteos. No aplica. Celiacos: Pan y harina sin gluten. Pescado: San Jacobos. Vegetarianos: Ensaladilla sin atún y salchichas vegetales

FECHA	DESCRIPCIÓN
08/09/2021	Crema de calabaza
	Ragout de pavo
	Quinoa
	Fruta
	Pan integral

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Carb. Lácteos. Crema sin leche. Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: No aplica Vegetarianos: Rollito primavera

FECHA	DESCRIPCIÓN
15/09/2021	Guisantes
	Pinchitos de pollo adobados
	Ensalada duo de lechuga, tomate y maíz
	Yogur
	Pan integral

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. No aplica. Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: No aplica Vegetarianos: Hamburguesa vegetal

FECHA	DESCRIPCIÓN
22/09/2021	Ensalada lechuga, tomate y maíz
	Arroz con pollo y verduras al curry
	Yogur
	Pan integral

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. Fruta por yogur. Celiacos: No aplica Pescado: No aplica. Vegetarianos: sin pollo y con tofu al curry.

FECHA	DESCRIPCIÓN
29/09/2021	Espirales a la carbonara
	Lenguadina en adobo
	Ensalada de tomate, queso fresco y cebolla
	Fruta de temporada
	Pan integral

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. Salsa carbonara sin nata ensalada sin queso fresco. Celiacos: Pan y espirales sin gluten. Pescado: Cinta de lomo. Vegetarianos: Espirales sin bacón y en lugar de lenguadina berenjenas rebozadas.

FECHA	DESCRIPCIÓN
09/09/2021	Judías verdes con tomate
	Filete milanesa con patatas fritas.
	Fruta de temporada
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. Sustitución por cinta de lomo. Lácteos. Milanese sin huevo. Celiacos: Pan y harina sin gluten. Pescado: No aplica. Vegetarianos: Filete de seitan a la milanesa.

FECHA	DESCRIPCIÓN
16/09/2021	Ensalada campera
	Cinta de lomo
	Fruta de temporada
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. No aplica. Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: Sin atún. Vegetarianos: Croquetas de espinacas

FECHA	DESCRIPCIÓN
23/09/2021	Crema de verduras
	Filete ruso con tomate
	Patatas fritas
	Fruta de temporada
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. Crema sin lactosa. Celiacos: No aplica Pescado: No aplica. Vegetarianos: Hamburguesa vegetal

FECHA	DESCRIPCIÓN
30/09/2021	Ensalada de lechuga, tomate y maíz
	Arroz a la cubana con huevo frito y salchichas
	Fruta de temporada
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. Filete pollo. Lácteos. No aplica. Celiacos: Pan sin gluten. Pescado: No aplica. Vegetarianos: Salchichas Veganas.

FECHA	DESCRIPCIÓN
10/09/2021	Ensalada de la huerta con frutas
	Macarrones gratinados con queso y bechamel
	Fruta de temporada
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. Lácteos. Sin queso Celiacos: Pan y macarrones sin gluten. Pescado: No aplica. Vegetarianos: Macarrones carne picada vegetal

FECHA	DESCRIPCIÓN
17/09/2021	Ensalada de pasta
	Merluza a la romana
	Ensalada de lechuga, tomate y soja
	Fruta de temporada
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. Rebozado sin huevo. Lácteos. Sin queso Celiacos: Pan, pasta y harina sin gluten. Pescado: Cinta de lomo Vegetarianos: Tofu a la romana.

FECHA	DESCRIPCIÓN
24/09/2021	Pasta a la norma
	Merluza con salsa de tomate y pisto
	Fruta de temporada
	Pan blanco

Adaptaciones por alergia o vegetariano: Huevo. No aplica. Lácteos. Crema sin leche Celiacos: Pan y pasta sin gluten. Pescado: Huevos rellenos con tomate. Vegetarianos: Patatas sin costillas y seitan con salsa de tomate y pisto