

SIN FRUCTOSA

COLEGIO VIRGEN AL PIE DE LA CRUZ

oct-25



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
		Arroz de verduras (sin tomate)	Ensalada templada de arroz con caballa y verduras asadas (sin tomate)	Crema de cebolla y zanahoria ECO y patata
		Merluza jugosa con salsa tártara ligera	Panini de queso (sin tomate)	Dados de pavo al curry con arroz
		Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: tosta de baba ganoush	Guarnición: ensalada
		Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar
6	7	8 - Jornada gastronómica valenciana	9	10
Patatas a la importancia con verduras (sin tomate)	Crema de calabaza	Arroz al horno (sin garbanzos) (Sin tomate)	FESTIVO	
Lomo de cerdo (cinta) en salsa (Sin tomate)	Tortilla de queso	Tosta de atún (Sin tomate)		
Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: ensalada (sin tomate)		
Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar		
13	14	15	16	17
Arroz a banda (Sin tomate)	Arroz a la hortelana (Sin tomate)	Pasta (sin gluten/huevo/mostaza/soja) con salsa de calabaza gratinados	Crema de verduras de temporada	Verduras del chef gratinadas (no col, maíz, tomate...)
Dip de calabaza (sin garbanzos) con nachos	Ternera en salsa (Sin tomate)	Bacalao en salsa de pimiento (Sin tomate)	Huevos rotos con jamón serrano y tostas de pan horneado (Sin tomate)	Pollo a l'ast
Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: patatas panaderas (al horno)	Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: pimientos confitados
Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar
20	21	22	23	24
Fideuà melosa con fideo fino (Sin gluten/huevo/mostaza/soja) (Sin tomate)	Crema de calabaza <b>ECO</b>	Patatas a la riojana (Sin tomate)	Tricolor de verduras (Sin tomate)	Arroz de verduras (sin tomate)
Tortilla de calabacín	<b>Ricochef bowl</b> : Pollo marinado, quinoa, patatas, brócoli, manzana y salsa de ciruela	Huevos rellenos de atún (Sin tomate)	Arroz con secreto de cerdo (Sin tomate)	Salmón al horno con hierbas y limón
Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: bastones de boniato
Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar
27	28	29	30	31
Hervido de patata, zanahoria y cebolla	Arroz a la hortelana (Sin tomate)	Crema suave de calabacín y puerro	Arroz con pollo y verduras (Sin tomate)	¡A las bravas! (patatas, salsa brava suave casera, mahonesa y pimentón dulce) (Sin tomate)
Lágrimas de pollo caseras (maicena)	Tortilla de patata	Pasta (sin gluten/huevo) con salsa de tomate gratinados (Sin tomate)	Calamares en salsa (Sin tomate)	Magro en salsa de cebolla y zanahoria (Sin tomate)
Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: ensalada (sin tomate)	Guarnición: ensalada (sin tomate)	Montadito de aceite de oliva y pimentón dulce
Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar	Yogur natural sin azúcar

\*NO SERVIR: Maíz, tomate, col, todas las legumbres (incluida la soja), fruta, postres dulces elaborados, postres lácteos que contengan sorbitol E-420, glucosa, fructosa o azúcar, miel,