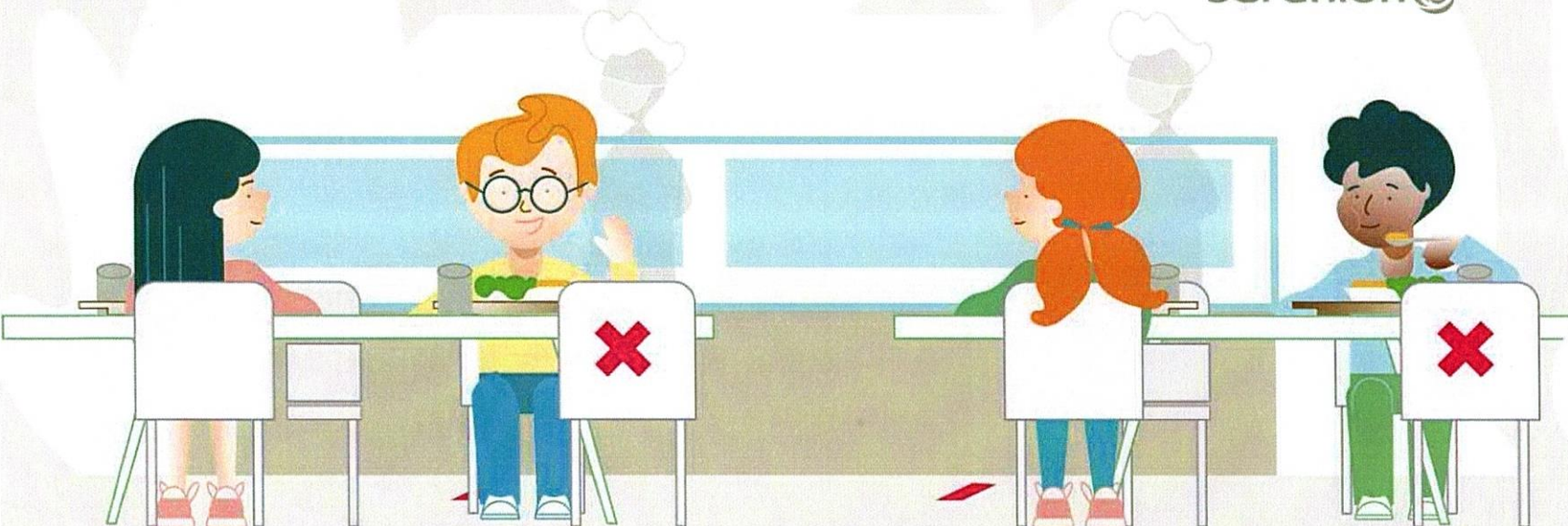


VUELTA AL COLEGIO, VUELTA AL COMEDOR. ESPACIOS SEGUROS Y SALUDABLES

serunion@



En el comedor del colegio hemos instaurado un nuevo protocolo para cumplir con las nuevas normativas de seguridad y salud.

1 Hemos desarrollado un protocolo de actuación único que ha recibido la certificación AENOR y todo nuestro personal ha recibido formación específica.

2 Aplicamos todas las medidas para mantener el distanciamiento de seguridad y evitar el contacto.

3 Nuestros menús están elaborados por nutricionistas y cumplen rigurosos protocolos de Seguridad alimentaria.

Visita la web del cole para más información

RECOMENDADOR DE CENAS

COMIDA	CENA
pasta/arroz + carne	verdura + pescado
pasta/arroz + pescado	verdura + huevo
pasta/arroz + huevo	verdura + carne
verdura + carne	pasta/arroz + pescado
verdura + pescado	pasta/arroz + huevo
verdura + huevo	pasta/arroz + carne
legumbres + carne	verdura + pescado
legumbres + pescado	verdura + huevo
legumbres + huevo	verdura + carne
fruta	lácteo
lácteo	fruta

SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

917 885 981

nutricion@arcealimentacionescolar.com

Entidades colaboradoras:



El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Fácil masticación

SEPTIEMBRE 2020



LUNES 7

VACACIONES DE VERANO



LUNES 14

Tallarines al wok con
verduras
Merluza a la vizcaína con
ens. Tomate maduro
Pan molde, agua, fruta madura, leche



LUNES 21

Lentejas estofadas
con verdura
Halibut en salsa de puerros
ens. Tomate aliñado
Pan molde, agua, fruta madura, leche



LUNES 28

Macarrones al graten
Gallo a la bilbaina
con patatas al vapor
Pan molde, agua, fruta madura, leche

MARTES 1

VACACIONES DE VERANO

MARTES 8

Arroz con
salsa de tomate
Pavo a la plancha
con zanahoria hervida
Pan de molde, agua y fruta madura

MARTES 15

Sopa de lluvia con
con picadillo
Ragout de ternera a la jardinera
con patatas al vapor
Pan de molde, agua y fruta madura

MARTES 22

Arroz salteado
Lomo adobado al horno
con patatas al vapor
Pan de molde, agua y fruta madura

MARTES 29

Sopa de ave con fideos
Albóndigas de ternera
con guisantes
Pan de molde, agua y fruta madura

MIERCOLES 2

VACACIONES DE VERANO

MIERCOLES 9

Lentejas estofadas
con verduras
Tortilla de patata y calabacín
con tomate aliñado
Pan de molde, agua y fruta madura

MIERCOLES 16

Crema de calabaza
Taqitos de bacalao c/ajo y pereg.
ens. tomate maduro
Pan de molde, agua y fruta madura

MIERCOLES 23

Patatas estofadas c/verduras
Tortilla de atún
con zanahoria hervida
Pan de molde, agua y fruta madura

MIERCOLES 30

Alubias estofadas
con verduras
Tortilla francesa con
pechuga de pavo en lonchas
Pan de molde, agua y fruta madura

JUEVES 3

VACACIONES DE VERANO

JUEVES 10

Espaguetis carbonara
Limanda a la romana
ens. tomate picado
Pan de molde, agua y fruta madura

JUEVES 17

Alubias pintas con arroz
Tortilla de queso con
patata cocida
Pan de molde, agua y fruta madura

JUEVES 24

Crema de zanahorias
Estofado de pavo
ens. tomate picado
Pan de molde, agua y fruta madura

VIERNES 4

VACACIONES DE VERANO

VIERNES 11

Crema de verduras
y hortalizas
Filete de pollo en salsa
con patatas al vapor
Pan molde, agua y yogur

VIERNES 18

Judías verdes rehogadas
Jamoncitos de pollo al horno
ens. Tomate picado
Pan molde, agua y yogur

VIERNES 25

Sopa de cocido con fideos
Garbanzos con morcillo
patata y zanahoria
Pan molde, agua y yogur



El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin lactosa

SEPTIEMBRE 2020



MARTES 1

MIÉRCOLES 2

JUEVES 3

VIERNES 4

VACACIONES DE VERANO

VACACIONES DE VERANO

VACACIONES DE VERANO

VACACIONES DE VERANO



LUNES 7

MARTES 8

MIÉRCOLES 9

JUEVES 10

VIERNES 11

VACACIONES DE VERANO

Arroz con salsa de tomate natural
Filete de pavo al horno
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta

Lentejas estofadas con verdura
Tortilla de patata y calabacín con lechuga y maíz
Pan, agua y fruta

Espaguetis con salsa de tomate
Limanda al horno
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta

Crema de verduras y hortalizas (caldo natural)
Filete de pollo en salsa (s/lácteos) con patatas fritas
Pan, agua y yogur de soja



LUNES 14

MARTES 15

MIÉRCOLES 16

JUEVES 17

VIERNES 18

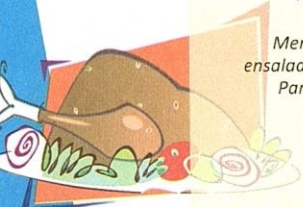
Tallarines salteados con verduras
Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta fresca

Sopa de lluvia con huevo (caldo natural)
Ragout de ternera a la jardinera con patatas fritas
Pan, agua y fruta fresca

Crema de calabaza (caldo natural)
Taqitos de bacalao c/ajo y perejil con ens. de lechuga y espárrago
Pan, agua y fruta fresca

Alubias pintas con arroz
Tortilla francesa ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

Judías verdes rehogadas
Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y tomate
Pan, agua y yogur de soja



LUNES 21

MARTES 22

MIÉRCOLES 23

JUEVES 24

VIERNES 25

Lentejas estofadas con verdura
Halibut en salsa de puerros con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

Aroz con verduras y huevo
Lomo adobado al horno con patatas
Pan, agua y fruta fresca

Patatas a la marinera
Tortilla de atún
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta fresca

Crema de zanahorias (caldo natural)
Estofado de pavo
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca

Sopa de cocido con fideos (caldo natural)
Garbanzos con verdura y carne (sin embutido)
Pan, agua y yogur de soja



LUNES 28

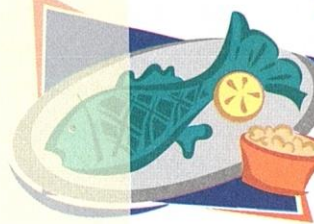
MARTES 29

MIÉRCOLES 30

Macarrones con salsa de tomate natural
Gallo a la bilbaína
ensalada de lechuga y aceitunas
Pan, agua y fruta fresca

Sopa de ave con fideos (caldo natural)
Ternera en salsa (s/lácteos) con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

Alubias estofadas con verduras
Tortilla francesa con ens.lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca



El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin prot.leche de vaca (no ternera)

SEPTIEMBRE 2020

MARTES 1

VACACIONES DE VERANO

MIÉRCOLES 2

VACACIONES DE VERANO

JUEVES 3

VACACIONES DE VERANO

VIERNES 4

VACACIONES DE VERANO

LUNES 7

VACACIONES DE VERANO

MARTES 8

Arroz con salsa
de tomate natural
Filete de pavo al horno
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta

MIÉRCOLES 9

Lentejas estofadas
con verdura
Tortilla de patata y calabacín
con lechuga y maíz
Pan, agua y fruta

JUEVES 10

Espaguetis con salsa
de tomate
Limanda al horno
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta

VIERNES 11

Crema de verduras y hortalizas
(caldo natural)
Filete de pollo en salsa
(s/lácteos) con patatas fritas
Pan, agua y yogur de soja

LUNES 14

Tallarines salteados
con verduras
Merluza a la vizcaína con
ensalada de lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta fresca

MARTES 15

Sopa de ave lluvia c/huevo
(caldo natural)
Filete de cerdo al horno
con patatas fritas
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 16

Crema de calabaza
(caldo natural)
Taquitos de bacalao c/ajo y perejil
con ens. de lechuga y espárrago
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 17

Alubias pintas con arroz

Tortilla francesa
ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

VIERNES 18

Judías verdes rehogadas

Jamoncitos de pollo al horno
con lechuga y tomate
Pan, agua y yogur de soja

LUNES 21

Lentejas estofadas
con verdura
Halibut en salsa de puerros
con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

MARTES 22

Arroz con verduras y huevo

Lomo adobado al horno
con patatas
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 23

Patatas a la marinera

Tortilla de atún
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 24

Crema de zanahorias
(caldo natural)
Estofado de pavo
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca

VIERNES 25

Sopa de ave con fideos
(caldo natural)
Garbanzos con verdura
y carne (sin embutido, ternera)
Pan, agua y yogur de soja

LUNES 28

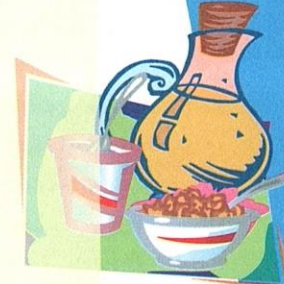
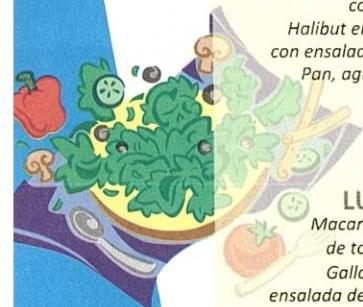
Macarrones con salsa
de tomate natural
Gallo a la bilbaina
ensalada de lechuga y aceitunas
Pan, agua y fruta fresca

MARTES 29

Sopa de ave con fideos
(caldo natural)
Filete de pollo al horno
ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 30

Alubias estofadas
con verduras
Tortilla francesa con
ens.lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca

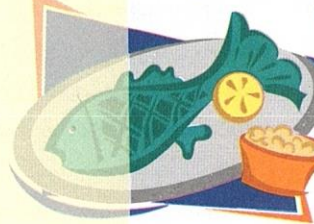


El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin lentejas

SEPTIEMBRE 2020



MARTES 1

VACACIONES DE VERANO

MIÉRCOLES 2

VACACIONES DE VERANO

JUEVES 3

VACACIONES DE VERANO

VIERNES 4

VACACIONES DE VERANO

LUNES 7

VACACIONES DE VERANO

MARTES 8

Arroz con salsa de tomate
Suprema york y queso
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta

MIÉRCOLES 9

Crema de zanahoria (caldo natural)
Tortilla de patata y calabacín con lechuga y maíz
Pan, agua y fruta

JUEVES 10

Espaguetis a la carbonara
Limanda a la romana
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta

VIERNES 11

Crema de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa con patatas fritas
Pan, agua y yogur

LUNES 14

Tallarines al wok con verduras
Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga y zanahoria
Pan, agua, fruta y leche

MARTES 15

Sopa de lluvia con picadillo
Ragout de ternera a la jardinera con patatas fritas
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 16

Crema de calabaza
Taqitos de bacalao c/ajo y perejil con ens. de lechuga y espárrago
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 17

Alubias pintas con arroz
Tortilla de queso con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

VIERNES 18

Judías verdes rehogadas
Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y tomate
Pan, agua y yogur

LUNES 21

Pasta con salsa de tomate
Halibut en salsa de puerros con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua, fruta y leche

MARTES 22

Arroz tres de delicias
Lomo adobado al horno con patatas
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 23

Patatas a la marinera
Tortilla de atún
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 24

Crema de zanahorias
Estofado de pavo
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca

VIERNES 25

Sopa de cocido con fideos
Garbanzos con morcillo chorizo y zanahoria
Pan, agua y yogur

LUNES 28

Macarrones al graten
Gallo a la bilbaína
ensalada de lechuga y aceitunas
Pan, agua, fruta y leche

MARTES 29

Sopa de ave con fideos
Albóndigas de ternera con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 30

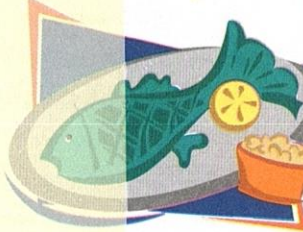
Alubias con chorizo
Tortilla francesa con pechuga de pavo en lonchas
Pan, agua y fruta fresca

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.F

CEIP LAS ARTES Sin pescado

SEPTIEMBRE 2020



MARTES 1

VACACIONES DE VERANO

MIÉRCOLES 2

VACACIONES DE VERANO

JUEVES 3

VACACIONES DE VERANO

VIERNES 4

VACACIONES DE VERANO

LUNES 7

VACACIONES DE VERANO

MARTES 8

Arroz con salsa de tomate
Suprema york y queso
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta

MIÉRCOLES 9

Lentejas estofadas con chorizo
verdura
Tortilla de patata y calabacín con lechuga y maíz
Pan, agua y fruta

JUEVES 10

Espaguetis a la carbonara
Filete de cerdo al horno
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta

VIERNES 11

Crema de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa con patatas fritas
Pan, agua y yogur

LUNES 14

Tallarines al wok con verduras
Filete de pavo a la plancha
ensalada de lechuga y zanahoria
Pan, agua, fruta y leche

MARTES 15

Sopa de lluvia con picadillo
Ragout de ternera a la jardinera con patatas fritas
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 16

Crema de calabaza
Taqitos de bacalao c/ajo y perejil con ens. de lechuga y espárrago
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 17

Alubias pintas con arroz
Tortilla de queso con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

VIERNES 18

Judías verdes rehogadas
Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y tomate
Pan, agua y yogur

LUNES 21

Lentejas estofadas con verdura
Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua, fruta y leche

MARTES 22

Arroz tres de delicias (sin atún)
Lomo adobado al horno con patatas
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 23

Patatas estofadas c/verduras
Tortilla francesa
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 24

Crema de zanahorias
Estofado de pavo
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca

VIERNES 25

Sopa de cocido con fideos
Garbanzos con morcillo chorizo y zanahoria
Pan, agua y yogur

LUNES 28

Macarrones al gratén
Pechuga de pollo al horno
ensalada de lechuga y aceitunas
Pan, agua, fruta y leche

MARTES 29

Sopa de ave con fideos
Albóndigas de ternera con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 30

Alubias con chorizo
Tortilla francesa con pechuga de pavo en lonchas
Pan, agua y fruta fresca

El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin gluten

SEPTIEMBRE 2020



MARTES 1

VACACIONES DE VERANO

LUNES 7

VACACIONES DE VERANO

LUNES 14

Pasta s/gluten salteada con verduras
Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga y zanahoria
Pan s/gluten, agua, fruta y leche

LUNES 21

Lentejas estofadas con verdura
Halibut en salsa de puerros con ensalada de lechuga y maíz
Pan s/gluten, agua, fruta y leche

LUNES 28

Macarrones s/gluten con salsa de tomate natural
Gallo a la bilbaína
ensalada de lechuga y aceitunas
Pan s/gluten, agua, fruta y leche

MARTES 8

Arroz con salsa de tomate natural
Filete de pavo al horno
Lechuga y zanahoria
Pan s/gluten, agua y fruta

MARTES 15

Sopa de pasta sin gluten (caldo natural)
Ragout de ternera a la jardinera con patatas fritas
Pan s/gluten, agua y fruta fresca

MARTES 22

Aroz con verduras y huevo
Lomo adobado al horno con patatas
Pan s/gluten, agua y fruta fresca

MARTES 29

Sopa de ave con fideos s/gluten (caldo natural)
Ternera en salsa (s/harina) con ensalada de lechuga y maíz
Pan s/gluten, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 2

VACACIONES DE VERANO

MIÉRCOLES 9

Lentejas estofadas con verdura
Tortilla de patata y calabacín con lechuga y maíz
Pan s/gluten, agua y fruta

MIÉRCOLES 16

Crema de calabaza (caldo natural)
Taqitos de bacalao c/ajo y perejil con ens. de lechuga y espárrago
Pan s/gluten, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 23

Patatas a la marinera
Tortilla de atún
Lechuga y zanahoria
Pan s/gluten, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 30

Alubias estofadas con verduras
Tortilla francesa con ens.lechuga y tomate
Pan s/gluten, agua y fruta fresca

JUEVES 3

VACACIONES DE VERANO

JUEVES 10

Espaguetis s/gluten con salsa de tomate
Limanda al horno
Lechuga y tomate
Pan s/gluten, agua y fruta

JUEVES 17

Alubias pintas con arroz
Tortilla francesa
ensalada de lechuga y maíz
Pan s/gluten, agua y fruta fresca

JUEVES 24

Crema de zanahorias (caldo natural)
Estofado de pavo
Lechuga y tomate
Pan s/gluten, agua y fruta fresca

VIERNES 4

VACACIONES DE VERANO

VIERNES 11

Crema de verduras y hortalizas (caldo natural)
Filete de pollo en salsa (sin harina) con patatas fritas
Pan s/gluten, agua y yogur

VIERNES 18

Judías verdes rehogadas
Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y tomate
Pan s/gluten, agua y yogur

VIERNES 25

Sopa cocido c/fideos s/gluten (caldo natural)
Garbanzos con verdura y carne (sin embutido)
Pan s/gluten, agua y yogur

El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin huevo, frutos secos

SEPTIEMBRE 2020



LUNES 7

VACACIONES DE VERANO



LUNES 14

Pasta s/huevo salteada con verduras
Merluza a la vizcaina con ensalada de lechuga y zanahoria
Pan, agua, fruta y leche



LUNES 21

Lentejas estofadas con verdura
Halibut en salsa de puerros con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua, fruta y leche



LUNES 28

Macarrones s/huevo con salsa de tomate natural
Gallo a la bilbaina
ensalada de lechuga y aceitunas
Pan, agua, fruta y leche

MARTES 1

VACACIONES DE VERANO

MARTES 8

Arroz con salsa de tomate natural
Filete de pavo al horno
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta

MARTES 15

Sopa de pasta sin huevo (caldo natural)
Ragout de ternera a la jardinera con patatas fritas
Pan, agua y fruta fresca

MARTES 22

Arroz con verduras
Lomo adobado al horno con patatas
Pan, agua y fruta fresca

MARTES 29

Sopa de ave con fideos s/huevo (caldo natural)
Ternera en salsa con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 2

VACACIONES DE VERANO

MIÉRCOLES 9

Lentejas estofadas con verdura
Filete de ternera al horno con lechuga y maíz
Pan, agua y fruta

MIÉRCOLES 16

Crema de calabaza (caldo natural)
Taquitos de bacalao c/ajo y con ens. de lechuga y espárrago
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 23

Patatas a la marinera
Ternera al horno
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 30

Alubias estofadas con verduras
Filete de pollo al horno
ens.lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 3

VACACIONES DE VERANO

JUEVES 10

Espaguetis s/huevo con salsa de tomate
Limanda al horno
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta

JUEVES 17

Alubias pintas con arroz
Cinta de lomo a la plancha
ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 24

Crema de zanahorias (caldo natural)
Estofado de pavo
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca

VIERNES 4

VACACIONES DE VERANO

VIERNES 11

Crema de verduras y hortalizas (caldo natural)
Filete de pollo en salsa con patatas fritas
Pan, agua y yogur

VIERNES 18

Judías verdes rehogadas
Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y tomate
Pan, agua y yogur

VIERNES 25

Sopa cocido c/fideos s/huevo (caldo natural)
Garbanzos con verdura y carne (sin embutido)
Pan, agua y yogur



El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin frutos secos

SEPTIEMBRE 2020



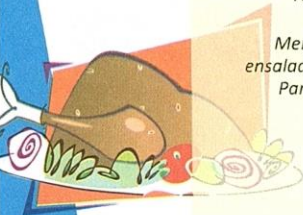
LUNES 7

VACACIONES DE VERANO



LUNES 14

Tallarines al wok con verduras
Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga y zanahoria
Pan, agua, fruta y leche



LUNES 21

Lentejas estofadas con verdura
Halibut en salsa de puerros con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua, fruta y leche



LUNES 28

Macarrones al graten
Gallo a la bilbaina ensalada de lechuga y aceitunas
Pan, agua, fruta y leche

MARTES 1

VACACIONES DE VERANO

MARTES 8

Arroz con salsa de tomate
Suprema york y queso
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta

MARTES 15

Sopa de lluvia con con picadillo
Ragout de ternera a la jardinera con patatas fritas
Pan, agua y fruta fresca

MARTES 22

Arroz tres de delicias
Lomo adobado al horno con patatas
Pan, agua y fruta fresca

MARTES 29

Sopa de ave con fideos
Albóndigas de ternera con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 2

VACACIONES DE VERANO

MIÉRCOLES 9

Lentejas estofadas con chorizo verdura
Tortilla de patata y calabacín con lechuga y maíz
Pan, agua y fruta

MIÉRCOLES 16

Crema de calabaza
Taqitos de bacalao c/ajo y con ens. de lechuga y espárrago
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 23

Patatas a la marinera
Tortilla de atún
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 30

Alubias con chorizo
Tortilla francesa con pechuga de pavo en lonchas
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 3

VACACIONES DE VERANO

JUEVES 10

Espaguetis con salsa de tomate
Limanda a la romana
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta

JUEVES 17

Alubias pintas con arroz
Tortilla de queso con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 24

Crema de zanahorias
Estofado de pavo
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca

VIERNES 4

VACACIONES DE VERANO

VIERNES 11

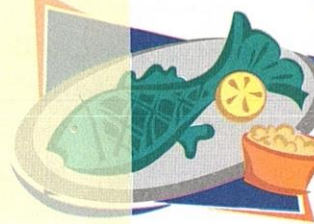
Crema de verduras y hortalizas
Filete de pollo en salsa con patatas fritas
Pan, agua y yogur

VIERNES 18

Judías verdes rehogadas
Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y tomate
Pan, agua y yogur

VIERNES 25

Sopa de cocido con fideos
Garbanzos con morcillo chorizo y zanahoria
Pan, agua y yogur



El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin huevo, marisco, calamar

SEPTIEMBRE 2020



LUNES 7

VACACIONES DE VERANO



LUNES 14

Pasta s/huevo salteada con verduras
Merluza a la vizcaina con ensalada de lechuga y zanahoria
Pan, agua, fruta y leche



LUNES 21

Lentejas estofadas con verdura
Halibut en salsa de puerros con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua, fruta y leche



LUNES 28

Macarrones s/huevo con salsa de tomate natural
Gallo a la bilbaina
ensalada de lechuga y aceitunas
Pan, agua, fruta y leche

MARTES 1

VACACIONES DE VERANO

MARTES 8

Arroz con salsa de tomate natural
Filete de pavo al horno
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta

MARTES 15

Sopa de pasta sin huevo (caldo natural)
Ragout de ternera a la jardinera con patatas fritas
Pan, agua y fruta fresca

MARTES 22

Arroz con verduras
Lomo adobado al horno con patatas
Pan, agua y fruta fresca

MARTES 29

Sopa de ave con fideos s/huevo (caldo natural)
Ternera en salsa con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 2

VACACIONES DE VERANO

MIÉRCOLES 9

Lentejas estofadas con verdura
Filete de ternera al horno con lechuga y maíz
Pan, agua y fruta

MIÉRCOLES 16

Crema de calabaza (caldo natural)
Taquitos de bacalao c/ajo y con ens. de lechuga y espárrago
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 23

Patatas estofadas c/verduras
Ternera al horno
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 30

Alubias estofadas con verduras
Filete de pollo al horno
ens.lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 3

VACACIONES DE VERANO

JUEVES 10

Espaguetis s/huevo con salsa de tomate
Limanda al horno
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta

JUEVES 17

Alubias pintas con arroz
Cinta de lomo a la plancha
ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 24

Crema de zanahorias (caldo natural)
Estofado de pavo
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca

VIERNES 4

VACACIONES DE VERANO

VIERNES 11

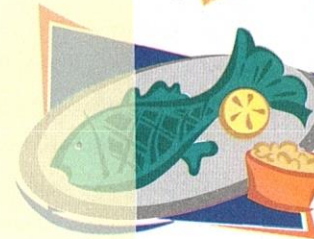
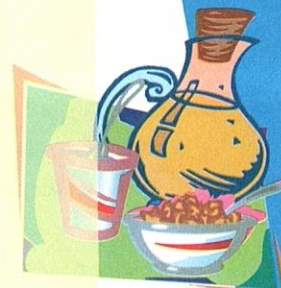
Crema de verduras y hortalizas (caldo natural)
Filete de pollo en salsa con patatas fritas
Pan, agua y yogur

VIERNES 18

Judías verdes rehogadas
Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y tomate
Pan, agua y yogur

VIERNES 25

Sopa cocido c/fideos s/huevo (caldo natural)
Garbanzos con verdura y carne (sin embutido)
Pan, agua y yogur



El menú de tu hij@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin huevo, frutos secos, legumbre

SEPTIEMBRE 2020



LUNES 7

VACACIONES DE VERANO



LUNES 14

Pasta s/huevo salteada con verduras (s/j.verde)
Merluza a la vizcaína con ensalada de lechuga y zanahoria
Pan, agua, fruta y leche



LUNES 21

Pasta s/huevo con salsa de tomate
Halibut en salsa de puerros con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua, fruta y leche



LUNES 28

Macarrones s/huevo con salsa de tomate natural
Gallo a la bilbaina
ensalada de lechuga y aceitunas
Pan, agua, fruta y leche

MARTES 1

VACACIONES DE VERANO

MARTES 8

Arroz con salsa de tomate natural
Filete de pavo al horno
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta

MARTES 15

Sopa de ave pasta sin huevo (caldo natural)
Ragout de ternera en su jugo con patatas fritas
Pan, agua y fruta fresca

MARTES 22

Arroz con verduras (s/j.verde, guisante)
Lomo adobado al horno con patatas
Pan, agua y fruta fresca

MARTES 29

Sopa de ave con fideos s/huevo (caldo natural)
Ternera en salsa con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 2

VACACIONES DE VERANO

MIÉRCOLES 9

Crema de zanahoria (caldo natural)
Filete de ternera al horno con lechuga y maíz
Pan, agua y fruta

MIÉRCOLES 16

Crema de calabaza (caldo natural)
Taquitos de bacalao c/ajo y con ens. de lechuga y espárrago
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 23

Patatas a la marinera (s/j.verde)
Ternera al horno
Lechuga y zanahoria
Pan, agua y fruta fresca

MIÉRCOLES 30

Crema de calabacin (caldo natural, s/j.verde)
Filete de pollo al horno
ens.lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 3

VACACIONES DE VERANO

JUEVES 10

Espaguetis s/huevo con salsa de tomate
Limanda al horno
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta

JUEVES 17

Arroz con zanahoria
Cinta de lomo a la plancha
ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y fruta fresca

JUEVES 24

Crema de zanahorias (caldo natural)
Estofado de pavo en su jugo
Lechuga y tomate
Pan, agua y fruta fresca

VIERNES 4

VACACIONES DE VERANO

VIERNES 11

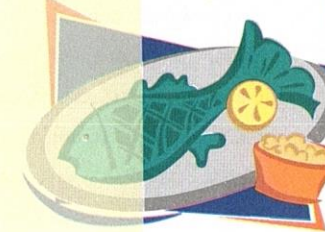
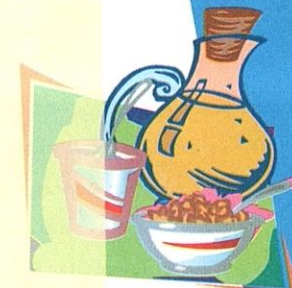
Crema de verduras y hortalizas (caldo natural, s/j.verde)
Filete de pollo en salsa con patatas fritas
Pan, agua y yogur

VIERNES 18

Coliflor salteada
Jamoncitos de pollo al horno con lechuga y tomate
Pan, agua y yogur

VIERNES 25

Sopa ave c/fideos s/huevo (caldo natural)
Ternera cocida con patata y zanahoria
Pan, agua y yogur



El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP LAS ARTES Sin pescado, legumbres, setas, f.secos, marisco, frutas y rosáceas

SEPTIEMBRE 2020



LUNES 7

VACACIONES DE VERANO



LUNES 14

Pasta salteada con verduras
(sin j.verde)
Filete de pavo a la plancha
ensalada de lechuga y zanahoria
Pan, agua y leche



LUNES 21

Pasta con salsa
de tomate
Filete de pollo al horno
con ensalada de lechuga y maíz
Pan, agua y leche



LUNES 28

Macarrones con salsa
de tomate natural
Pechuga de pollo al horno
ensalada de lechuga y aceitunas
Pan, agua y leche

MARTES 1

VACACIONES DE VERANO

MARTES 8

Arroz con
salsa de tomate
Filete de pavo al horno
Lechuga y zanahoria
Pan y agua

MARTES 15

Sopa de ave lluvia c/huevo
(caldo natural)
Ragout de ternera en su jugo
con patatas fritas
Pan y agua

MARTES 22

Arroz con verduras y tortilla
(sin j.verde, guisante)
Lomo adobado al horno
con patatas
Pan y agua

MARTES 29

Sopa de ave con fideos
(caldo natural)
Ternera en salsa
con ensalada de lechuga y maíz
Pan y agua

MIÉRCOLES 2

VACACIONES DE VERANO

MIÉRCOLES 9

Crema de zanahoria
(caldo natural)
Tortilla de patata y calabacín
con lechuga y maíz
Pan y agua

MIÉRCOLES 16

Crema de calabaza
(caldo natural)
Taqitos de bacalao c/ajo y perej.
con ens. de lechuga y espárrago
Pan y agua

MIÉRCOLES 23

Patatas estofadas c/verduras
(sin j.verde)
Tortilla francesa
Lechuga y zanahoria
Pan y agua

MIÉRCOLES 30

Crema de calabacín
(caldo natural, s/j.verde)
Tortilla francesa con
ens. Lechuga y tomate
Pan y agua

JUEVES 3

VACACIONES DE VERANO

JUEVES 10

Espaguetis con salsa
de tomate
Filete de cerdo al horno
Lechuga y tomate
Pan y agua

JUEVES 17

Arroz con zanahoria

Tortilla francesa con
ensalada de lechuga y maíz
Pan y agua

JUEVES 24

Crema de zanahorias
(caldo natural)
Estofado de pavo en su jugo
Lechuga y tomate
Pan y agua

VIERNES 4

VACACIONES DE VERANO

VIERNES 11

Crema de verduras y hortalizas
(caldo natural, s/j.verde)
Filete de pollo en salsa
con patatas fritas
Pan, agua y yogur natural

VIERNES 18

Coliflor al ajillo

Jamoncitos de pollo al horno
con lechuga y tomate
Pan, agua y yogur natural

VIERNES 25

Sopa de ave con fideos
(caldo natural)
Ternera cocida
con patata y zanahoria
Pan, agua y yogur natural

