

ACTIVIDADES TEMÁTICAS MENSUALES : DEPARTAMENTO EDUCACIÓN

EL MES DEL BALONCESTO

- Taller del Día Universal de la Infancia
- Taller sobre la Igualdad de Género.
- Juegos de baloncesto



30 años
a tu lado

secoe®

ALIMENTANDO SU FUTURO



Nº Certificados: ES073874-1 y ES073875-1



Sugerencias para cenar.

		Miércoles 1 Festivo.	Jueves 2 Ensalada y pescado	Viernes 3 Verdura y pollo
Lunes 6 Ensalada y pescado	Martes 7 Verdura y pollo	Miércoles 8 Ensalada y pescado	Jueves 9 FESTIVO MADRID CAPITAL	Viernes 10 Ensalada y huevo
Lunes 13 Verdura y pescado	Martes 14 Pasta y huevo	Miércoles 15 Ensalada y pollo	Jueves 16 Ensalada y pescado	Viernes 17 Verdura y pavo
Lunes 20 Ensalada y pavo	Martes 21 Verdura y pescado	Miércoles 22 Arroz y pollo	Jueves 23 Ensalada y pescado	Viernes 24 Verdura y huevo
Lunes 27 Verdura y pescado	Martes 28 Ensalada y huevo	Miércoles 29 Verdura y pescado	Jueves 30 Ensalada y pollo	

NOVIEMBRE 2017

“Solo juega,
disfruta
del juego
y diviértete”



Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se deberá informar sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información quedará reflejada en nuestros "Menús de Alergias alimentarias". Para cualquier otra información sobre alérgenos, póngase en contacto con nuestras Oficinas Centrales de SECOE, SL

C/ Playa de Benicasim, 9 / 28660 Boadilla del Monte / Madrid
T. 91 632 45 74 / F. 91 032 13 55 / info@secoe.es / www.secoe.es
Menú confeccionado por el Departamento de Nutrición de SECOE. Elaborados por una Dietista-Nutricionista (M. LOZANO) y una Diplomada en Dietética y Nutrición con Licenciatura en Tecnología de los Alimentos (C. HABERKON) / R.S. 26.00012504/M

Todos los menús irán acompañados de agua y pan.

Los ingredientes utilizados están exentos de proteínas de leche de vaca.

Lunes 6		Martes 7		Miércoles 8		Jueves 9		Viernes 10	
1	Puré de verduras frescas (acelga y espinaca).	1	Pasta de verduras salteada.	1	Menestra de verduras.	1		1	Cocido madrileño: Sopa de fideos.
2	Revuelto de huevo con jamón y ensalada de lechuga y zanahoria.	2	Rabas de calamar con ensalada de lechuga y tomate.	2	Filete de pollo empanado con ensalada de lechuga y maíz.	2	FESTIVO MADRID CAPITAL	2	Garbanzos, zanahoria, patata, carne de pollo.
P	Manzana.	P	Mandarina.	P	Plátano.	P		P	Yogurt de soja.
Lunes 13		Martes 14		Miércoles 15		Jueves 16		Viernes 17	
1	Arroz tres delicias.	1	Crema de calabaza y zanahoria.	1	Judías blancas estofadas con chorizo.	1	Sopa de ave con fideos.	1	Tallarines salteados al estilo oriental.
2	Lacón al horno con ensalada de lechuga y tomate.	2	Albóndigas de pollo en salsa jardinera.	2	Bacalao en salsa verde.	2	Tortilla francesa con loncha de jamón.	2	Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y maíz.
P	Pera.	P	Plátano.	P	Mandarina.	P	Manzana.	P	Yogurt de soja.
Lunes 20		Martes 21		Miércoles 22		Jueves 23		Viernes 24	
1	Lentejas estofadas.	1	Macarrones con salsa de tomate.	1	Porrusalda.	1	Judías verdes rehogadas.	1	Arroz con salsa de tomate.
2	Huevos cocidos y salchichas de pavo con salsa de tomate.	2	Hamburguesa de pollo con patatas dado.	2	Medallones de merluza en salsa verde.	2	Estofado de pavo con verduras.	2	Bacalao a la romana con ensalada de lechuga y tomate.
P	Naranja.	P	Pera.	P	Mandarina.	P	Plátano.	P	Yogurt de soja.
Lunes 27		Martes 28		Miércoles 29		Jueves 30			
1	Crema de calabacín.	1	Cocido madrileño: Sopa de fideos.	1	Macarrones con salsa de tomate.	1	Arroz con salchichas de pavo y chorizo.		
2	Pollo asado con verduras (pimiento, champiñón y patatas).	2	Garbanzos, zanahoria, patata, carne de pollo.	2	Lacón a la plancha con ensalada de lechuga y tomate.	2	Merluza en salsa meniere.		
P	Manzana.	P	Plátano.	P	Naranja.	P	Plátano.		