

ACTIVIDADES TEMÁTICAS MENSUALES : DEPARTAMENTO EDUCACIÓN

EL MES DEL FÚTBOL

- Taller de las Normas de Convivencia.
- Taller de Halloween.
- Juegos de Fútbol.

Sugerencias para cenar.

Lunes 2 Ensalada y Ternera	Martes 3 Ensalada y Huevo	Miércoles 4 Verdura y Pescado	Jueves 5 Verdura y Pavo	Viernes 6 Ensalada y Pollo
Lunes 9 Ensalada y Pescado	Martes 10 Chipirones y ensalada	Miércoles 11 Ensalada y Pescado	Jueves 12 Festivo.	Viernes 13 No lectivo.
Lunes 16 Conejo y Patatas	Martes 17 Ensalada y Pescado	Miércoles 18 Verdura y Ternera	Jueves 19 Ensalada y Huevo	Viernes 20 Ensalada y Pescado
Lunes 23 Ensalada y Huevo	Martes 24 Ensalada y Pollo	Miércoles 25 Verdura y Pavo	Jueves 26 Ensalada y Pescado	Viernes 27 Ensalada y Ternera
Lunes 30 Ensalada y Ternera	Martes 31 Verdura y pescado			



30 años
a tu lado

secoe[®]

ALIMENTANDO SU FUTURO



Nº Certificados: ES073874-1 y ES073875-1



No te preguntes
qué pueden hacer

tus compañeros por ti.

Pregúntate

qué puedes hacer

TÚ POR ELLOS

OCTUBRE 2017



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**

Lunes 2

- 1 Tallarines a la napolitana.
- 2 Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz.
- P Sandía.

Martes 3

- 1 Judías blancas estofadas.
- 2 Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria.
- P Plátano.

Miércoles 4

- 1 Menestra de verduras rehogadas.
- 2 Guiso de ternera en salsa de verduras con setas.
- P Pera.

Jueves 5

- 1 Arroz tres delicias.
- 2 Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria.
- P Manzana.

Viernes 6

- 1 Garbanzos guisados.
- 2 Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate.
- P Natillas de vainilla.

Lunes 9

- 1 Lentejas estofadas.
- 2 Revuelto de huevo y champiñón con ensalada de lechuga y tomate.
- P Melón.

Martes 10

- 1 Crema de calabacín. (calabacín y patata)
- 2 Albondigas de pollo en salsa suave.
- P Pera.

Miércoles 11

- 1 Sopa de fideos,
- 2 Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo.
- P Plátano.

Jueves 12

- 1 Festivo.
- 2 Festivo.
- P Festivo.

Viernes 13

- 1 No lectivo.
- 2 No lectivo.
- P No lectivo.

Lunes 16

- 1 Macarrones con salsa de tomate y atún.
- 2 Calamar a la plancha con ensalada de lechuga y tomate.
- P Melón.

Martes 17

- 1 Puré de verduras frescas. (acelgas, puerro, zanahorias y patatas)
- 2 Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y tomate.
- P Manzana.

Miércoles 18

- 1 Arroz con salchichas.
- 2 Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz.
- P Plátano.

Jueves 19

- 1 Sopa de ave con fideos.
- 2 Estofado de pavo con verduras.
- P Pera.

Viernes 20

- 1 Guisantes rehogados.
- 2 Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria.
- P Yogurt. Pan integral.

Lunes 23

- 1 Judías blancas estofadas (patata y zanahoria)
- 2 Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate.
- P Naranja.

Martes 24

- 1 Marmita de sepia.
- 2 Estofado de ternera con verduras.
- P Pera.

Miércoles 25

- 1 Espaguetis a la boloñesa.
- 2 Filete de merluza plancha con ensalada de lechuga y zanahoria.
- P Plátano.

Jueves 26

- 1 Cocido madrileño completo: Sopa de fideos.
- 2 Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo.
- P Manzana.

Viernes 27

- 1 Puré de verduras frescas. (acelgas, puerro, zanahorias y patatas)
- 2 Huevos cocidos y salchichas con salsa de tomate.
- P Yogur.

Lunes 30

- 1 Lentejas con verduras.
- 2 Medallones de merluza en salsa verde.
- P Pera.

Martes 31

- 1 Paella valenciana.
- 2 Lacón al horno con ensalada de lechuga y tomate.
- P Manzana.

Todos los menús irán acompañados de agua y pan.