



# CENTROS EDUCACIÓN MÁLAGA 2023

## MENU BASAL - OCTUBRE



| LUNES 2   |  | MARTES 3                                | MIÉRCOLES 4                                    | JUEVES 5   | VIERNES 6                                   |
|-----------|--|---|--|--|---|
| 1er PLATO | CREMA DE VERDURAS                                | RAGOUT DE TERNERA                       | ARROZ 3 DELICIAS                               | JUDÍAS BLANCAS A LA JARDINERA                      | FIDEUA DE MARISCO                           |
| 2º PLATO  | PINCHITOS DE POLLO AL HORNO CON LECHUGA Y TOMATE | JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN YORK  | ALBÓNDIGAS DE POLLO A LA JARDINERA CON PATATAS | TORTILLA FRANCESA CON PECHUGA DE PAVO              | LIMANDA FRITA CON TOMATE Y ACEITUNAS VERDES |
| POSTRE    | FRUTA  | LÁCTEO                                  | FRUTA  | LÁCTEO   | FRUTA                                       |
| LUNES 9   |  | MARTES 10                               | MIÉRCOLES 11                                   | JUEVES 12  | VIERNES 13                                  |
| 1er PLATO | LENTEJAS ESTOFADAS                               | POTAJE DE ALUBIAS                       | PUCHERO CON ARROZ                              | <b>FESTIVO</b>                                     | GUIZO DE PATATAS CON CHOCO                  |
| 2º PLATO  | LOMO AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y PATATAS     | EMPANADILLAS DE ATÚN CON ENSALADA MIXTA | CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA DE TOMATE      |  | FINGERS DE POLLO CON GUISANTES SALTEADOS    |
| POSTRE    | FRUTA  | LÁCTEO                                  | FRUTA  |  | FRUTA                                       |
| LUNES 16  |  | MARTES 17                               | MIÉRCOLES 18                                   | JUEVES 19  | VIERNES 20                                  |
| 1er PLATO | CREMA DE CALABACÍN                               | ESPAGUETIS AL AJILLO                    | LENTEJAS CON ARROZ                             | ESTOFADO DE CERDO CON PATATAS                      | PAELLA DE VERDURAS                          |
| 2º PLATO  | MAGRO DE CERDO ESTOFADO CON JUDIAS VERDES        | MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA        | POLLO AL CURRY CON ARROZ SALTEADO              | LIMANDA FRITA CON LECHUGA TOMANTE Y ZANAHERIA      | ROLLITOS DE PRIMAVERA CON ARROZ SALTEADO    |
| POSTRE    | FRUTA  | LÁCTEO                                  | FRUTA  | LÁCTEO   | FRUTA                                       |
| LUNES 23  |  | MARTES 24                               | MIÉRCOLES 25                                   | JUEVES 26  | VIERNES 27                                  |
| 1er PLATO | SOPA DE PICADILLO                                | POTAJE DE GARBANZOS                     | PASTA EN SALSA DE TOMATE Y CHAMPIÑONES         | ARROZ A LA CUBANA                                  | LENTEJAS CON VERDURAS                       |
| 2º PLATO  | TRASERO DE POLLO ASADO CON TORTILLA DE PATATAS   | PINCHITOS DE POLLO CON PATATAS FRITAS   | BACALAO AL HORNO CON ZANAHERIA SALTEADA        | ALBÓNDIGAS DE POLLO EN SALSA DE TOMATE CON PATATAS | CAZÓN AL HORNO CON LECHUGA Y MAIZ           |
| POSTRE    | FRUTA  | LÁCTEO                                  | FRUTA  | LÁCTEO   | FRUTA                                       |
| LUNES 30  |  |   |  |  |   |
| 1er PLATO | MACARRONES BOLOÑESA                              |   |  |  |   |
| 2º PLATO  | LOMO AL AJILLO CON GUISANTES SALTEADOS           |   |  |  |   |
| POSTRE    | FRUTA  |   |  |  |   |



MENÚ REVISADO POR NUESTRA EXPERTA EN NUTRICIÓN, D<sup>a</sup> CONSUELO PÉREZ VERA, LICENCIADA EN FARMACIA Y TECNOLOGÍA DE LOS ALIMENTOS. N<sup>o</sup> COL. 1948 CUMPLIENDO CON LAS INDICACIONES DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PEDIATRÍA, EN CUMPLIMIENTO CON EL REGLAMENTO (UE) 1169/2011 DEL PARLAMENTO EUROPEO DEL CONSEJO DE 25 DE NOVIEMBRE DE 2011. LA INFORMACION SOBRE ALIMENTOS Y PRODUCTOS SUCEPTIBLES A CAUSAR ALERGIAS E INTOLERANCIAS SE ENCUENTRA DISPONIBLE EN EL ETIQUETADO DEL PRODUCTO Y EN LAS FICHAS TÉCNICAS APORTADAS A LA DIRECCIÓN DEL CENTRO