COLEGIO SAN JOSÉ

NOVIEMBRE 2025

MENÚ GENERAL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 559 64 25 18 Crema de verduras natural Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera Patatas panadera con cebollita pochada Fruta de temporada Pan Blanco	4 631 49 25 51 BIO Lentejas de cultivo ecológico estofadas al estilo tradicional Jamoncitos de pollo asados con romero y limón Rodajitas de calabacín asado Fruta de temporada Pan Blanco	5 605 65 23 31 Espaguetis integrales al pomodoro con hierbas aromáticas Suprema de salmón al horno con ajos confitados y perejil Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan integral	6 559 60 24 25 Alubias pintas guisadas a la jardinera Tortilla de patata elaboración casera Ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada Pan Blanco	7 516 70 16 22 Arroz blanco con tomate frito Suprema de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga y cebolla con orégano Yogur Pan Integral
10 573 71 21 26 Wok de arroz salteado con pollo Filete de limanda rebozada a la andaluza Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada Pan Blanco	11 473 48 21 22 Ensalada de lechuga y tomate Cocido montañés Fruta de temporada Pan Blanco	12 484 49 19 28 Crema de zanahoria natural Ragout de ave guisado jardinera Patatas fritas dado Fruta de temporada Pan Integral	13 607 60 26 34 Bio garbanzos de cultivo ecológico guisados con daditos de bacon Bacalao a la provenzal con olivas Pisto hortelano de verduras Fruta fresca Pan Blanco	14 420 39 19 20 Sopa de pasta integral Tortilla francesa de chorizo Ensalada de tomate Yogur Pan Blanco
17 468 57 18 17 Crema de puerros natural Parmentier con boloñesa vegetal Fruta de temporada Pan Blanco	Alubias blancas guisadas con calabaza Tortilla de patatas elaboración casera Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Pan Blanco	Macarrones integrales gratinados con queso fundido Gallineta a ala plancha Ensalada de tomate y maíz Fruta de temporada Pan Integral	20 572 70 21 25 Paella de verduras de temporada Filete de pollo a la plancha Zanahoria baby rehogada Fruta de temporada Pan blanco	21 600 65 24 32 BIO Lentejas de cultivo ecológico estofadas al estilo tradicional Filetes de sardina empanados Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada Pan Blanco

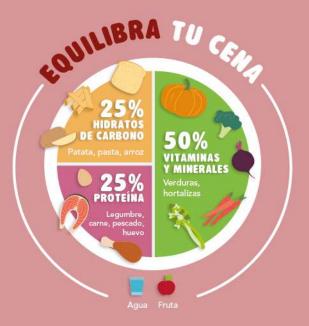
"En este centro utilizamos para cocinar aceite de girasol alto oleico y para aliñar nuestras ensaladas aceite de oliva virgen extra. Todos nuestros platos están sazonados con sal yodada.

Las frutas de temporada de nuestro menú este mes son: sandía, melón, pera, fresa, piña y mango.

Todos los miércoles y viernes tendremos pan integral."









3, 2, 1...

¡COMIENZA LA CARRERA CONTRA EL DESPERDICIO ALIMENTARIO!

Descubre cómo afrontamos este desafío desde el **comedor escolar:**



