

COLEGIO PÚBLICO RICARDO BAROJA
MENÚ COMEDOR ESCOLAR CURSO 2019-2020

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1.	Arroz integral con tomate Pollo asado o alitas con lechuga Fruta	Lentejas con mijo Merluza al horno Yogur / Fruta	Crema de puerros San Jacobo con patatas Fruta	Sopa de cocido Guisado de ternera con tomate Macedonia casera	Ensalada mixta Espaguetis integrales con setas y jamón Natilla casera (vainilla o chocolate) / Fruta
2.	Macarrones integrales con tomate Filete de ternera con pimientos Batido casero	Garbanzos Salmón con lechuga y mayonesa Fruta	Quinoa con verduras Lomo y patatas asadas con lechuga Fruta	Sopa de pescado Paella de pollo y pimientos Yogur / Fruta	Crema de espinacas Croquetas de bacalao y tigres / Pimientos rellenos Fruta
3.	Crema de calabaza Lasaña de carne Fruta	Garbanzos Conejo con patatas Natilla casera / Fruta	Arroz integral con tomate Chistorra / salchicha / huevo cocido Fruta	Fideua Pechuga de pollo con champiñones y guisantes Yogur / Fruta	Lentejas Merluza rebozada Bizcocho casero / Fruta
4.	Alubias rojas Arroz primavera Fruta	Crema de hongos Merluza en salsa Postre especial casero / Fruta	Pasta con verduras Solomillo de cerdo con pimientos Fruta	Ensalada de patata o patatas a la riojana Atun con tomate Fruta	Puré de verduras Croquetas de jamón y queso / Pimientos rellenos Yogur / Fruta
5.	Lentejas con mijo Albóndigas en salsa Fruta	Ensalada de pasta (maíz, manzana, aceitunas, tomate, huevo) Merluza al horno Fruta	Arroz integral con salsa de chipirón Rabas con lechuga Fruta	Crema de calabacín Brocheta de pavo con champiñón, pimiento y tocino Queso / Fruta	Espinacas con bechamel Lomo al horno con patatas Yogur / Xamingoxo / Fruta
6.	Sopa de pollo Carne guisada Fruta	Crema de calabaza Paella de pescado Yogur / Fruta	Ensalada mixta Pollo al ajillo con patatas Yogur / Fruta	Garbanzos Croquetas de verduras y empanadillas de atún Fruta	Vainas con patata Sabirón frito con verduras en tempura Postre especial casero / Fruta