

Menú Comedor Infantil y Primaria

ENERO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

"MES DE LA CUCHARA "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		Crema de calabaza Croquetas de jamón Plátano Pan blanco		Garbanzos guisados Cordon blue de pavo Naranja Pan blanco
Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco	Crema de calabaza Pollo guisado Mandarina Pan chapata	Alubias pintas Tortilla de patata con tomate aliñado Mandarina Pan picos	Patatas a la riojana Salmón en salsa de eneldo Melocotón en almíbar Pan integral	Sopa de estrellas Filetes rusos Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con en salada Yogurt Pan blanco	Guisantes con jamón Alitas de pollo asadas Mandarina Pan picos	Sopa de cocido Cocido completo Manzana Pan integral	Puré 7 verduras Rosada con ensalada Naranja Pan chapata	Arroz salteado Tortilla con pisto Plátano Pan blanco
Coditos carbonara Bacalao con ensalada Mandarina Pan blanco	Lentejas castellanas Pollo al limón Yogurt Pan picos	Judías verdes salteadas Lomo con puré de patatas Manzana Pan chapata	Purrusalda Merluza en salsa verde Leche frita Pan integral	Sopa de pistones Albóndigas a la jardinera Plátano Pan blanco
Arroz con tomate Sepia con ensalada Yogurt Pan blanco				

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día del País Vasco

Hábito: "No juego con la comida en la mesa"

Menú Comedor Secundaria

ENERO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

"MES DE LA CUCHARA "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco	Crema de calabaza Pollo guisado Mandarina Pan chapata	Alubias pintas con arroz Tortilla de patata con tomate aliñado Mandarina Pan picos	Patatas a la riojana Salmón en salsa de eneldo Roscón de Reyes Pan integral	Sopa de estrellas Pizza de jamón y queso Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con ensalada mixta Yogurt Pan blanco	Guisantes con jamón Alitas de pollo a la BBQ Mandarina Pan picos	Sopa de cocido Cocido completo Manzana Pan integral	Puré 7 verduras Rosada con ensalada Natillas Pan chapata	Arroz salteado Tortilla con pisto Plátano Pan blanco
Coditos carbonara Bacalao con ensalada Mandarina Pan blanco	Lentejas castellanas Pollo al limón con cous cous Yogurt Pan picos	Judías verdes salteadas Lomo con puré de patatas Manzana Pan chapata	Purrusalda Merluza a la bilbaína Leche frita Pan integral	Sopa de pistones Albóndigas a la jardinera Plátano Pan blanco
Arroz con tomate Sepia con ensalada Yogurt Pan blanco				

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.csmb.es
 Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar
 Jornada gastronómica: Día del País Vasco
 Hábito: "No juego con la comida en la mesa"

Menú Comedor Celiaco

ENERO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia al gluten

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco	Crema de calabaza Pollo guisado Mandarina Pan blanco	Alubias pintas Tortilla de patata con tomate aliñado Mandarina Pan blanco	Patatas a la riojana Salmón en salsa de eneldo Melocotón en almíbar Pan blanco	Sopa de fideos Filetes rusos Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con en salada Yogurt Pan blanco	Guisantes con jamón Alitas de pollo asadas Mandarina Pan blanco	Sopa de cocido Cocido completo Manzana Pan blanco	Puré 7 verduras Rosada con ensalada Naranja Pan blanco	Arroz salteado Tortilla con pisto Plátano Pan blanco
Coditos carbonara Bacalao con ensalada Mandarina Pan blanco	Lentejas castellanas Pollo al limón Yogurt Pan blanco	Judías verdes salteadas Lomo con puré de patatas Manzana Pan blanco	Purrusalda Merluza en salsa verde Natillas Pan blanco	Sopa de pollo Albóndigas a la jardinera Plátano Pan blanco
Arroz con tomate Sepia con ensalada Yogurt Pan blanco				

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día del País Vasco

Hábito: "No juego con la comida en la mesa"

Menú Comedor Huevo



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

ENERO 2022

Intolerancia al huevo

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco	Crema de calabaza Pollo guisado Mandarina Pan chapata	Alubias pintas Filete con tomate aliñado Mandarina Pan picos	Patatas a la riojana Salmón en salsa de eneldo Melocotón en almíbar Pan integral	Sopa de estrellas Filetes rusos Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con en saladada Yogurt Pan blanco	Guisantes con jamón Alitas de pollo asadas Mandarina Pan picos	Sopa de cocido Cocido completo Naranja Pan integral	Puré 7 verduras Rosada con ensalada Naranja Pan chapata	Arroz salteado Salchichas Plátano Pan blanco
Coditos carbonara Bacalao con ensalada Mandarina Pan blanco	Lentejas castellanas Pollo al limón Yogurt Pan picos	Judías verdes salteadas Lomo con puré de patatas Manzana Pan chapata	Purrusalda Merluza en salsa verde Natillas Pan integral	Sopa de pistones Albóndigas a la jardinera Plátano Pan blanco
Arroz con tomate Sepia con ensalada Yogurt Pan blanco				

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día del País Vasco

Hábito: "No juego con la comida en la mesa"

Menú Comedor Leche

ENERO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia a la lactosa

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada de maíz Yogurt de soja Pan blanco	Crema de calabaza Pollo guisado Mandarina Pan chapata	Alubias pintas Tortilla de patata con tomate aliñado Mandarina Pan picos	Patatas a la riojana Salmón en salsa de eneldo Melocotón en almíbar Pan integral	Sopa de estrellas Filetes rusos Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con en salada Yogurt de soja Pan blanco	Guisantes con jamón Alitas de pollo asadas Mandarina Pan picos	Sopa de cocido Cocido completo Manzana Pan integral	Puré 7 verduras Rosada con ensalada Naranja Pan chapata	Arroz salteado Tortilla con pisto Plátano Pan blanco
Coditos con tomate Bacalao con ensalada Mandarina Pan blanco	Lentejas castellanas Pollo al limón Yogurt de soja Pan picos	Judías verdes salteadas Lomo con puré de patatas Manzana Pan chapata	Purrusalda Merluza en salsa verde Yogurt de soja con chocolate Pan integral	Sopa de pistones Albóndigas a la jardinera Plátano Pan blanco
Arroz con tomate Sepia con ensalada Yogurt de soja Pan blanco				

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día del País Vasco

Hábito: "No juego con la comida en la mesa"

Menú Comedor Leche y Huevo

ENERO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia a la lactosa y al huevo

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada de maíz Yogurt de soja Pan blanco	Crema de calabaza Pollo guisado Mandarina Pan chapata	Alubias pintas Filete con tomate aliñado Mandarina Pan picos	Patatas a la riojana Salmón en salsa de eneldo Melocotón en almíbar Pan integral	Sopa de estrellas Filetes rusos Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con en salada Yogurt de soja Pan blanco	Guisantes con jamón Alitas de pollo asadas Mandarina Pan picos	Sopa de cocido Cocido completo Manzana Pan integral	Puré 7 verduras Rosada con ensalada Naranja Pan chapata	Arroz salteado Salchichas Plátano Pan blanco
Coditos con tomate Bacalao con ensalada Mandarina Pan blanco	Lentejas castellanas Pollo al limón Yogurt de soja Pan picos	Judías verdes salteadas Lomo con puré de patatas Manzana Pan chapata	Purrusalda Merluza en salsa verde Yogurt de soja con chocolate Pan integral	Sopa de pistones Albóndigas a la jardinera Plátano Pan blanco
Arroz con tomate Sepia con ensalada Yogurt de soja Pan blanco				

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día del País Vasco

Hábito: "No juego con la comida en la mesa"

Menú Comedor Legumbres



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

ENERO 2022

Intolerancia a las legumbres

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco	Crema de calabaza Pollo guisado Mandarina Pan chapata	Arroz con verduras Tortilla de patata con tomate aliñado Mandarina Pan picos	Patatas a la riojana Salmón en salsa de eneldo Melocotón en almíbar Pan integral	Sopa de estrellas Filetes rusos Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con en salada Yogurt Pan blanco	Crema de zanahoria Alitas de pollo asadas Mandarina Pan picos	Sopa de ave con fideos Pollo con verduras Manzana Pan integral	Puré 7 verduras Rosada con ensalada Naranja Pan chapata	Arroz salteado Tortilla con pisto Plátano Pan blanco
Coditos carbonara Bacalao con ensalada Mandarina Pan blanco	Arroz salteado Pollo al limón Yogurt Pan picos	Crema de calabaza Lomo con puré de patatas Manzana Pan chapata	Purrusalda Merluza en salsa verde Leche frita Pan integral	Sopa de pistones Albóndigas a la jardinera Plátano Pan blanco
Arroz con tomate Sepia con ensalada Yogurt Pan blanco				

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día del País Vasco

Hábito: "No juego con la comida en la mesa"

Menú Comedor Huevo y Legumbres

ENERO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia al huevo y a las legumbres

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco	Crema de calabaza Pollo guisado Mandarina Pan chapata	Arroz con verduras Filete con tomate aliñado Mandarina Pan picos	Patatas a la riojana Salmón en salsa de eneldo Melocotón en almíbar Pan integral	Sopa de estrellas Filetes rusos Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con en salada Yogurt Pan blanco	Crema de zanahoria Alitas de pollo asadas Mandarina Pan picos	Sopa de ave con fideos Pollo con verduras Manzana Pan integral	Puré 7 verduras Rosada con ensalada Naranja Pan chapata	Arroz salteado Salchichas Plátano Pan blanco
Coditos carbonara Bacalao con ensalada Mandarina Pan blanco	Arro salteado Pollo al limón Yogurt Pan picos	Crema de calabaza Lomo con puré de patatas Manzana Pan chapata	Purrusalda Merluza en salsa verde Natillas Pan integral	Sopa de pistones Albóndigas a la jardinera Plátano Pan blanco
Arroz con tomate Sepia con ensalada Yogurt Pan blanco				

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día del País Vasco

Hábito: "No juego con la comida en la mesa"

Menú Comedor Pescado

ENERO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia al pescado

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Macarrones al horno Salchichas con ensalada Yogurt Pan blanco	Crema de calabaza Pollo guisado Mandarina Pan chapata	Alubias pintas Tortilla de patata con tomate aliñado Mandarina Pan picos	Patatas a la riojana Pollo salteado Melocotón en almíbar Pan integral	Sopa de estrellas Filetes rusos Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Filete con ensalada Yogurt Pan blanco	Guisantes con jamón Alitas de pollo asadas Mandarina Pan picos	Sopa de cocido Cocido completo Manzana Pan integral	Puré 7 verduras Pollo con ensalada Naranja Pan chapata	Arroz salteado Tortilla con pisto Plátano Pan blanco
Coditos carbonara Tortilla con ensalada Mandarina Pan blanco	Lentejas castellanas Pollo al limón Yogurt Pan picos	Judías verdes salteadas Lomo con puré de patatas Manzana Pan chapata	Purrusalda Pollo salteado Leche frita Pan integral	Sopa de pistones Albóndigas a la jardinera Plátano Pan blanco
Arroz con tomate Filete con ensalada Yogurt Pan blanco				

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día del País Vasco

Hábito: "No juego con la comida en la mesa"

Menú Comedor Escuelita 2 años

ENERO 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

"MES DE LA CUCHARA "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		Crema de calabaza Croquetas de jamón Plátano Pan blanco		Garbanzos guisados Cordon blue de pavo Naranja Pan blanco
Macarrones al horno Merluza a la romana con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco	Crema de calabaza Pollo salteado Mandarina Pan chapata	Alubias pintas Tortilla de patata con tomate aliñado Mandarina Pan picos	Patatas guisadas Salmón en salsa de eneldo Melocotón en almíbar Pan integral	Sopa de estrellas Filetes rusos Plátano Pan blanco
Espirales a la italiana Gallo con en salada Yogurt Pan blanco	Guisantes con jamón Alitas de pollo asadas Mandarina Pan picos	Sopa de cocido Cocido completo Manzana Pan integral	Crema de puerros Rosada con ensalada Naranja Pan chapata	Arroz salteado Tortilla con pisto Plátano Pan blanco
Coditos carbonara Bacalao con ensalada Mandarina Pan blanco	Lentejas castellanas Pollo al limón Yogurt Pan picos	Judías verdes salteadas Lomo con puré de patatas Manzana Pan chapata	Purrusalda Merluza en salsa verde Leche frita Pan integral	Sopa de pistones Albóndigas a la jardinera Plátano Pan blanco
Arroz con tomate Pescado con ensalada Yogurt Pan blanco				

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es
 Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar
 Jornada gastronómica: Día del País Vasco
 Hábito: "No juego con la comida en la mesa"



Menú comedor Escuelita 1 año

ENERO 2022

"MES DE LA CUCHARA "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Puré de verduras Pollo Yogurt	Puré de verduras Merluza Yogurt	Puré de verduras Pavo Yogurt		Puré de verduras Ternera Yogurt
Puré de verduras Ternera Yogurt	Puré de verduras Merluza Yogurt	Puré de verduras Pavo Yogurt	Puré de verduras Pollo Yogurt	Puré de verduras Ternera Yogurt
Puré de verduras Pollo Yogurt	Puré de verduras Pavo Yogurt	Puré de verduras Merluza Yogurt	Puré de verduras Ternera Yogurt	Puré de verduras Pollo Yogurt
Puré de verduras Pavo Yogurt	Puré de verduras Merluza Yogurt	Puré de verduras Pollo Yogurt	Puré de verduras Ternera Yogurt	Puré de verduras Pavo Yogurt
Puré de verduras Merluza Yogurt				

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Jornada gastronómica: Día del País Vasco

Hábito: "No juego con la comida en la mesa"



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Menú recomendación cena

ENERO 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Judías verdes salteadas Ragout de pavo Fruta	Arroz con champiñones Dorada a la plancha Yogurt	Espaguetis con queso Pollo con verduras Macedonia de frutas	Crema de zanahoria Ternera asada Fruta	Coliflor gratinada Bacalao con tomate Natillas
Crema de calabacín Pollo asado Fruta	Arroz 3 delicias Merluza en salsa Yogurt	Menestra de verduras Tortilla de patatas Brocheta de frutas	Macarrones al pesto Conejo al ajillo Cuajada con miel	Sopa de estrellas Salmón a la plancha Fruta
Crema de verduras Ragout de ternera Yogurt	Sopa maravilla Gallo con ensalada Fruta	Espirales con atún Revuelto de trigueros Queso con membrillo	Arroz con tomate Alitas de pollo asadas Fruta	Guisantes con Bacon Merluza al horno Macedonia de frutas
Crema de calabaza Tortilla francesa Fruta				