

Menú Comedor Infantil y Primaria



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

SEPTIEMBRE 2022

"MES DEL CEREAL "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|---|--|---|---|--|
| | | | Pasta con Tomate Merluza con ensalada Manzana Pan blanco | Alubias en vinagreta Croquetas de jamón Yogurt Pan integral |
| Coliflor gratinada Delicias de mar Helado Pan blanco | Espinacas a la crema Filete pavo plancha con aros cebolla Manzana Pan picos | Macarrones al horno Bacalao con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco | Lentejas castellanas Tortilla de patatas con tomate aliñado Melón Pan integral | Ensalada campera Filetes rusos Plátano Pan blanco |
| Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Yogurt Pan blanco | Crema de calabaza Revuelto de jamón Sandía Pan chapata | Paella Pollo al limón Horchata Pan integral | Ensalada César Lomo adobado Melón Pan picos | Gazpacho Rosada con ensalada Plátano Pan blanco |
| Coditos a la carbonara Gallo con ensalada Yogurt Pan blanco | Judías verdes salteadas Tortilla con cous cous Manzana Pan integral | Ensaladilla rusa Pollo al horno Sandía Pan picos | Crema de zanahoria Salchichas con puré de patatas Plátano Pan blanco | Arroz con tomate Salmón en salsa de eneldo Helado Pan blanco |
| Espirales a la italiana Sepia con ensalada Yogurt Pan blanco | Ensalada de garbanzos Albóndigas a la jardinera Manzana Pan integral | Guisantes con jamón Alitas de pollo Melón Pan chapata | Gazpacho Costillas al horno Plátano Pan picos | Crema de calabacín Merluza a la romana con ensalada Helado 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 de Valencia
 Hábito: "Aprendo a sentarme bien"

Menú Comedor Secundaria



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

SEPTIEMBRE 2022

"MES DEL CEREAL "

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--|---|---|---|--|
| | | | | |
| | | | Lentejas castellanas Tortilla de patatas con tomate aliñado Melón Pan integral | Ensalada campera Hamburguesa completa Plátano Pan blanco |
| Ensalada de pasta Merluza a la bilbaína Yogurt Pan blanco | Crema de calabaza Revuelto de jamón Sandía Pan chapata | Paella Pollo al limón Horchata Pan integral | Ensalada César Lomo adobado con patatas Melón Pan picos | Gazpacho Rosada con ensalada Plátano Pan blanco |
| Coditos a la carbonara Gallo con ensalada mixta Yogurt Pan blanco | Judías verdes salteadas Tortilla con cous cous Manzana Pan integral | Ensaladilla rusa Pollo al horno Sandía Pan picos | Crema de zanahoria Salchichas con puré de patatas Plátano Pan blanco | Arroz con tomate Salmón en salsa de eneldo Helado Pan blanco |
| Espirales a la italiana Delicias del mar con ensalada Yogurt Pan blanco | Ensalada de garbanzos Albóndigas a la jardinera Manzana Pan integral | Guisantes con jamón Alitas a la barbacoa Melón Pan chapata | Gazpacho Costillas al horno Plátano Pan picos | Crema de calabacín Merluza a la romana con ensalada Helado 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 de Valencia

Hábito: "Aprendo a sentarme bien"

Menú Comedor Celiaco



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

SEPTIEMBRE 2022

Intolerancia al gluten

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|---|---|---|---|--|
| | | | | |
| | | Macarrones al horno Bacalao con ensalada de maíz Yogurt Pan sin gluten | Lentejas castellanas Tortilla de patatas con tomate aliñado Melón Pan sin gluten | Ensalada campera Filetes rusos Plátano Pan sin gluten |
| Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Yogurt Pan sin gluten | Crema de calabaza Revuelto de jamón Sandía Pan sin gluten | Paella Pollo al limón Horchata Pan sin gluten | Ensalada César Lomo adobado Melón Pan sin gluten | Gazpacho Pescado con ensalada Plátano Pan sin gluten |
| Pasta a la carbonara Gallo con ensalada Yogurt Pan sin gluten | Judías verdes salteadas Tortilla francesa Manzana Pan sin gluten | Ensaladilla rusa Pollo al horno Sandía Pan sin gluten | Crema de zanahoria Salchichas con puré de patatas Plátano Pan sin gluten | Arroz con tomate Salmón en salsa de eneldo Helado Pan sin gluten |
| Espirales a la italiana Sepia con ensalada Yogurt Pan sin gluten | Ensalada de garbanzos Albóndigas a la jardinera Manzana Pan sin gluten | Guisantes con jamón Alitas de pollo Melón Pan sin gluten | Gazpacho Costillas al horno Plátano Pan sin gluten | Crema de calabacín Merluza a la romana con ensalada Helado Pan sin gluten |

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 de Valencia

Hábito: "Aprendo a sentarme bien"

Menú Comedor Huevo

SEPTIEMBRE 2022



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Intolerancia al huevo

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|---|---|---|---|--|
| | | | | |
| | | Macarrones al horno Bacalao con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco | Lentejas castellanas Pollo con tomate aliñado Melón Pan integral | Ensalada campera Filetes rusos Plátano Pan blanco |
| Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Yogurt Pan blanco | Crema de calabaza Salchichas Sandía Pan chapata | Paella Pollo al limón Horchata Pan integral | Ensalada de pollo Lomo adobado Melón Pan picos | Gazpacho Rosada con ensalada Plátano Pan blanco |
| Coditos a la carbonara Gallo con ensalada Yogurt Pan blanco | Judías verdes salteadas Filetes con cous cous Manzana Pan integral | Ensaladilla rusa (sin mayonesa) Pollo al horno Sandía Pan picos | Crema de zanahoria Salchichas con puré de patatas Plátano Pan blanco | Arroz con tomate Salmón en salsa de eneldo Helado Pan blanco |
| Espirales a la italiana Sepia con ensalada Yogurt Pan blanco | Ensalada de garbanzos Albóndigas a la jardinera Manzana Pan integral | Guisantes con jamón Alitas de pollo Melón Pan chapata | Gazpacho Costillas al horno Plátano Pan picos | Crema de calabacín Merluza a la romana con ensalada Helado 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 de Valencia

Hábito: "Aprendo a sentarme bien"

Menú Comedor Leche



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

SEPTIEMBRE 2022

Intolerancia a la lactosa

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--|---|--|---|---|
| | | | | |
| | | Macarrones al horno Bacalao con ensalada de maíz Yogurt soja Pan blanco | Lentejas castellanas Tortilla de patatas con tomate aliñado Melón Pan integral | Ensalada campera Filetes rusos Plátano Pan blanco |
| Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Yogurt soja Pan blanco | Crema de calabaza Revuelto de jamón Sandía Pan chapata | Paella Pollo al limón Horchata Pan integral | Ensalada César Lomo adobado Melón Pan picos | Gazpacho Rosada con ensalada Plátano Pan blanco |
| Coditos con tomate Gallo con ensalada Yogurt soja Pan blanco | Judías verdes salteadas Tortilla con cous cous Manzana Pan integral | Ensaladilla rusa Pollo al horno Sandía Pan picos | Crema de zanahoria Salchichas con puré de patatas Plátano Pan blanco | Arroz con tomate Salmón en salsa de eneldo Yogurt soja con chocolate Pan blanco |
| Espirales a la italiana Sepia con ensalada Yogurt soja Pan blanco | Ensalada de garbanzos Albóndigas a la jardinera Manzana Pan integral | Guisantes con jamón Alitas de pollo Melón Pan chapata | Gazpacho Costillas al horno Plátano Pan picos | Crema de calabacín Merluza a la romana con ensalada Yogurt soja con chocolate 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 de Valencia

Hábito: "Aprendo a sentarme bien"

Menú Comedor Leche y Huevo



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

SEPTIEMBRE 2022

Intolerancia a la lactosa y al huevo

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--|---|--|---|---|
| | | | | |
| | | Macarrones al horno Bacalao con ensalada de maíz Yogurt soja Pan blanco | Lentejas castellanas Pollo con tomate aliñado Melón Pan integral | Ensalada campera Filetes rusos Plátano Pan blanco |
| Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Yogurt soja Pan blanco | Crema de calabaza Salchichas Sandía Pan chapata | Paella Pollo al limón Horchata Pan integral | Ensalada de pollo Lomo adobado Melón Pan picos | Gazpacho Rosada con ensalada Plátano Pan blanco |
| Coditos con tomate Gallo con ensalada Yogurt soja Pan blanco | Judías verdes salteadas Filetes con cous cous Manzana Pan integral | Ensaladilla rusa (sin mayonesa) Pollo al horno Sandía Pan picos | Crema de zanahoria Salchichas con puré de patatas Plátano Pan blanco | Arroz con tomate Salmón en salsa de eneldo Yogurt soja con chocolate Pan blanco |
| Espirales a la italiana Sepia con ensalada Yogurt soja Pan blanco | Ensalada de garbanzos Albóndigas a la jardinera Manzana Pan integral | Guisantes con jamón Alitas de pollo Melón Pan chapata | Gazpacho Costillas al horno Plátano Pan picos | Crema de calabacín Merluza a la romana con ensalada Yogurt soja con chocolate 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 de Valencia

Hábito: "Aprendo a sentarme bien"

Menú Comedor Legumbres



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

SEPTIEMBRE 2022

Intolerancia a las legumbres

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|---|---|---|---|--|
| | | | | |
| | | Macarrones al horno Bacalao con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco | Crema de calabacín Tortilla de patatas con tomate aliñado Melón Pan integral | Ensalada campera Filetes rusos Plátano Pan blanco |
| Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Yogurt Pan blanco | Crema de calabaza Revuelto de jamón Sandía Pan chapata | Paella Pollo al limón Horchata Pan integral | Ensalada César Lomo adobado Melón Pan picos | Gazpacho Rosada con ensalada Plátano Pan blanco |
| Coditos a la carbonara Gallo con ensalada Yogurt Pan blanco | Crema de calabaza Tortilla con cous cous Manzana Pan integral | Ensaladilla rusa (sin guisantes) Pollo al horno Sandía Pan picos | Crema de zanahoria Salchichas con puré de patatas Plátano Pan blanco | Arroz con tomate Salmón en salsa de eneldo Helado Pan blanco |
| Espirales a la italiana Sepia con ensalada Yogurt Pan blanco | Ensalada de garbanzos Albóndigas a la jardinera Manzana Pan integral | Arroz salteado Alitas de pollo Melón Pan chapata | Gazpacho Costillas al horno Plátano Pan picos | Crema de calabacín Merluza a la romana con ensalada Helado 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 de Valencia

Hábito: "Aprendo a sentarme bien"

Menú Comedor Huevo y Legumbres



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

SEPTIEMBRE 2022

Intolerancia al huevo y a las legumbres

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|---|---|--|---|--|
| | | | | |
| | | Macarrones al horno Bacalao con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco | Crema de calabacín Pollo con tomate aliñado Melón Pan integral | Ensalada campera Filetes rusos Plátano Pan blanco |
| Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Yogurt Pan blanco | Crema de calabaza Salchichas Sandía Pan chapata | Paella Pollo al limón Horchata Pan integral | Ensalada de pollo Lomo adobado Melón Pan picos | Gazpacho Rosada con ensalada Plátano Pan blanco |
| Coditos a la carbonara Gallo con ensalada Yogurt Pan blanco | Crema de calabaza Filetes con cous cous Manzana Pan integral | Ensaladilla rusa (sin mayonesa y guisantes) Pollo al horno Sandía Pan picos | Crema de zanahoria Salchichas con puré de patatas Plátano Pan blanco | Arroz con tomate Salmón en salsa de eneldo Helado Pan blanco |
| Espirales a la italiana Sepia con ensalada Yogurt Pan blanco | Ensalada de garbanzos Albóndigas a la jardinera Manzana Pan integral | Arroz salteado Alitas de pollo Melón Pan chapata | Gazpacho Costillas al horno Plátano Pan picos | Crema de calabacín Merluza a la romana con ensalada Helado 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 de Valencia

Hábito: "Aprendo a sentarme bien"

Menú Comedor Pescado



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

SEPTIEMBRE 2022

Intolerancia al pescado

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | Macarrones al horno Pollo con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco | Lentejas castellanas Tortilla de patatas con tomate aliñado Melón Pan integral | Ensalada campera Filetes rusos Plátano Pan blanco |
| Ensalada de pasta Salchichas Yogurt Pan blanco | Crema de calabaza Revuelto de jamón Sandía Pan chapata | Paella Pollo al limón Horchata Pan integral | Ensalada César Lomo adobado Melón Pan picos | Gazpacho Pollo con ensalada de trigo Plátano Pan blanco |
| Coditos a la carbonara Filete con ensalada Yogurt Pan blanco | Judías verdes salteadas Tortilla con cous cous Manzana Pan integral | Ensaladilla rusa Pollo al horno Sandía Pan picos | Crema de zanahoria Salchichas con puré de patatas Plátano Pan blanco | Arroz con tomate Lomo al horno Helado Pan blanco |
| Espirales a la italiana pollo con ensalada Yogurt Pan blanco | Ensalada de garbanzos Albóndigas a la jardinera Manzana Pan integral | Guisantes con jamón Alitas de pollo Melón Pan chapata | Gazpacho Costillas al horno Plátano Pan picos | Crema de calabacín Tortilla con ensalada Helado 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 de Valencia

Hábito: "Aprendo a sentarme bien"

Menú Escuelita 2 años



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Septiembre 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|---|--|---|---|--|
| | | | Pasta con Tomate Merluza con ensalada Manzana Pan blanco | Crema de verduras Croquetas de jamón Yogurt Pan integral |
| Arroz salteado Merluza al horno Helado Pan blanco | Crema de zanahoria Filete pavo plancha con aros cebolla Manzana Pan picos | Macarrones al horno Bacalao con ensalada de maíz Yogurt Pan blanco | Lentejas castellanas Tortilla de patatas con tomate aliñado Melón Pan integral | Ensalada campera Filetes rusos Plátano Pan blanco |
| Ensalada de pasta Merluza en salsa verde Yogurt Pan blanco | Crema de calabaza Revuelto de jamón Sandía Pan chapata | Paella Pollo al limón manzana Pan integral | Crema de calabacín Lomo adobado Melón Pan picos | Arroz con verduras Rosada con ensalada Plátano Pan blanco |
| Coditos a la carbonara Gallo con ensalada Yogurt Pan blanco | Judías verdes salteadas Tortilla con cous cous Manzana Pan integral | Ensalada de patatas Pollo al horno Sandía Pan picos | Crema de zanahoria Salchichas con puré de patatas Plátano Pan blanco | Arroz con tomate Pescado en salsa Helado Pan blanco |
| Espirales a la italiana Merluza con ensalada Yogurt Pan blanco | Ensalada de garbanzos Albóndigas a la jardinera Manzana Pan integral | Guisantes con jamón Pollo guisado Melón Pan chapata | Arroz con verduras Magro con tomate Plátano Pan picos | Crema de calabacín Merluza a la romana con ensalada Helado 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 de Valencia

Hábito: "Aprendo a sentarme bien"

Menú Escuelita 1 año



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

Septiembre 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | Puré de verduras Pollo Yogurt y pan | Puré de verduras Pavo Yogurt y pan |
| Puré de verduras Ternera Yogurt y pan | Puré de verduras Pollo Yogurt y pan | Puré de verduras Pavo Yogurt y pan | Puré de verduras Merluza Yogurt y pan | Puré de verduras Pollo Yogurt y pan |
| Puré de verduras Ternera Yogurt y pan | Puré de verduras Pavo Yogurt y pan | Puré de verduras Merluza Yogurt y pan | Puré de verduras Pollo Yogurt y pan | Puré de verduras Ternera Yogurt y pan |
| Puré de verduras Pavo Yogurt y pan | Puré de verduras Pollo Yogurt y pan | Puré de verduras Merluza Yogurt y pan | Puré de verduras Ternera Yogurt y pan | Puré de verduras Pavo Yogurt y pan |
| Puré de verduras Pollo Yogurt y pan | Puré de verduras Merluza Yogurt y pan | Puré de verduras pavo Yogurt y pan | Puré de verduras Ternera Yogurt y pan | Puré de verduras Pollo Yogurt y pan |

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 de Valencia

Hábito: "Aprendo a sentarme bien"

SEPTIEMBRE 2022

Menú recomendación cena



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| | | | | |
| | | Arroz con champiñones Pollo asado Fruta | Gazpacho Dorada con ensalada Flan | Judías verdes salteadas Revuelto de jamón Macedonia de frutas |
| Crema de espinacas Ragout de ternera Fruta | Ensalada mixta Bacalao a la riojana Yogurt | Guisantes con bacon Tortilla francesa Brocheta de frutas | Arroz 3 delicias Boquerones con ensalada Natillas | Coliflor con bechamel Alitas de pollo asadas Fruta |
| Crema de calabaza Merluza al horno Fruta | Salmorejo Ragout de pavo Yogurt | Espárragos en vinagreta Huevos rellenos Macedonia de frutas | Ensalada murciana Dorada a la plancha Cuajada con miel | Brócoli salteado Filete de ternera Fruta |
| Vichysoisse Lomo plancha Fruta | Ensalada de pasta Sardinas en escabeche Yogurt | Crema de verduras Tortilla de patatas Queso con membrillo | Arroz con tomate Salmón en salsa Macedonia de frutas | Ensalada campera Conejo al ajillo Fruta |