

SUGERENCIAS PARA DESAYUNAR  
SUGERENCIAS PARA MERENDAR

LÁCTEO  
Leche,  
yogurt,

CEREAL  
Pan,  
cereales y

FRUTA  
Fruta  
entera,  
zumo de

OTROS  
Aceite de oliva: 2 veces en  
semana  
Mermelada y/o miel: 2 veces

LÁCTEO Y/O FRUTA  
Yogurt, leche, queso,

CEREALES  
Pan, galletas, cereales,  
etc

OTROS  
Embutidos variados,  
fiambres de magro, etc.



fest | Valdepeñas  
Colegio Santísima Trinidad



Comedor con información disponible en materia de alergias e intolerancias alimentarias.



SOLICITEN INFORMACIÓN A NUESTRO PERSONAL, GRACIAS.

Comedor Escolar  
SEPTIEMBRE 2022

**SEPTIEMBRE 2022**

<b>LUNES</b>		<b>MARTES</b>		<b>MIÉRCOLES</b>		<b>JUEVES</b>		<b>VIERNES</b>	
						1 VACACIONES DE VERANO		2 VACACIONES DE VERANO	
4 VACACIONES DE VERANO		5 VACACIONES DE VERANO		6 VACACIONES DE VERANO		7 VACACIONES DE VERANO		8 GUISO DE PATATAS CON CHORIZO (TOMATE, PIM. ROJO Y VERDE, CEBOLLA) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA ZUMO DE NARANJA PAN	
12 PAELLA DE VERDURAS (CALABACÍN, TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA, GUISANTES, PIM. ROJO Y VERDE) JUREL AL HORNO (ACEITE, AJO) ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA FRESCA Y PAN		13 SOPA DE COCIDO (CEBOLLA, CERDO, PUERRO, TERNERA, ZANAHORIA) COCIDO MADRILEÑO (GARBANZOS, COL, PATATA, ZANAHORIA, CERDO, POLLO, TERNERA, CHORIZO,...) FRUTA FRESCA /YOGUR Y PAN		14 MACARRONES CON TOMATE Y ATÚN (TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA, ATÚN) TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA FRESCA Y PAN		15 ALUBIAS ESTOFADAS (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA, PIM. ROJO Y VERDE) MERLUZA A LA ROMANA (HUEVO, HARINA DE TRIGO) FRUTA FRESCA Y PAN		16 JUDIAS VERDES CON PATATAS SALTEADAS (PATATA, CEBOLLA) ALBÓNDIGAS CERDO Y TERNERA EN SALSA CON VERDURAS (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, J.VERDE) ZUMO DE NARANJA Y PAN	
19 CREMA DE VERDURAS (PATATA, CEBOLLA, ACELGA, PUERRO, CALABACÍN, CALABAZA) MUSLITOS DE POLLO AL HORNO PATATAS FRITAS FRUTA FRESCA /YOGUR Y PAN		20 ARROZ CON POLLO (TOMATE, ZANAHORIA, CALABACÍN, CEBOLLA,) LIMANDA EN SALSA (HARINA TRIGO, CEBOLLA, AJO) ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA FRESCA Y PAN		21 LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO (PATATA, TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA, PIM. ROJO Y VERDE) TORTILLA DE PATATA ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA FRESCA Y PAN		22 MACARRONES CON CHORIZO (TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA) PALOMETA AL HORNO CON VERDURAS (J. VERDE, ZANAHORIA, PATATA, TOMATE) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA FRUTA FRESCA Y PAN		23 SOPA CON GARBANZOS Y FIDEOS (CEBOLLA, CERDO, PUERRO, TERNERA Y ZANAHORIA) SALCHICHIAS DE CERDO CON SALSA DE TOMATE (ZANAHORIA, CEBOLLA) ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ ZUMO DE NARANJA Y PAN	
26 ALUBIAS CON VERDURAS (PATATA, TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA, PIM. ROJO Y VERDE) CABALLA CON SALSA DE TOMATE (TOMATE, CEBOLLA, ZANAHORIA) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA FRUTA FRESCA Y PAN		27 CREMA DE CALABACÍN (CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA) PECHUGA DE POLLO PLANCHA PATATAS FRITAS FRUTA FRESCA Y PAN		28 SOPA DE COCIDO (CEBOLLA, CERDO, PUERRO, TERNERA, ZANAHORIA) COCIDO MADRILEÑO (GARBANZOS, COL, PATATA, ZANAHORIA, CERDO, POLLO, TERNERA, CHORIZO,...) FRUTA FRESCA Y PAN		29 ARROZ CON VERDURAS (CALABACÍN, TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA, GUISANTES, PIM. ROJO Y VERDE) ABADEJO A LA ANDALUZA (HARINA DE TRIGO) ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA FRESCA/ YOGUR Y PAN		30 ESPAGUETIS CON TOMATE (TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA) TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA FRESCA Y PAN	