

VUELTA AL COLEGIO, VUELTA AL COMEDOR. ESPACIOS SEGUROS Y SALUDABLES



En el comedor del colegio hemos instaurado un nuevo protocolo para cumplir con las nuevas normativas de seguridad y salud.

1 Hemos desarrollado un protocolo de actuación único que ha recibido la certificación AENOR y todo nuestro personal ha recibido formación específica.

2 Aplicamos todas las medidas para mantener el distanciamiento de seguridad y evitar el contacto.

3 Nuestros menús están elaborados por nutricionistas y cumplen rigurosos protocolos de Seguridad alimentaria.

Visita la web del cole para más información

AENOR
PROTOCOLO
FRENTE AL COVID-19
ARCE

RECOMENDADOR DE CENAS

COMIDA	CENA
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+
+	+

**SERVICIO DE ATENCIÓN
NUTRICIONAL PARA FAMILIAS**

917 885 981

nutricion@arcealimentacionescolar.com

Entidades colaboradoras:



El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

CEIP SAN JOSE (LAS MATAS)

Real fish



Cada mes contaremos con una nueva receta especial para disfrutar del pescado en el comedor

LUNES 7

NO LECTIVO

LUNES 14

Crema de puerros y zanahorias
Ragout de ternera con patatas
Yogurt, pan y agua
Leek and carrots cream

Veal ragout stew with potatoes
651,9kcalpt33,9g lip19,0g hc:82,6g

LUNES 21

Crema de verduras y hortalizas
Pollo asado en su jugo lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua
Vegetables cream

Roasted chicken in its juice
639,3Kcal Prot:31,5g Lip:27,4g HC:62,9g AG

LUNES 28

VACACIONES DE NAVIDAD

MARTES 1

Espirales a la carbonara

Bacalao rebozado lechuga y tomate
Yogur, pan y agua

Pasta with bacon and cream
Breaded cod
607,7kcalpt31,0g lip21,0g hc:65,9g

MARTES 8

FESTIVO

MARTES 15

Macarrones con tomate
Salmón a la crema con nachos y guacamole
Fruta fresca, pan y agua
Macaroni with tomato
Salmon with cream

726,3Kcal - Prot:37,3g - Lip:24,1g -

MARTES 22

Sopa de fideos
Hamburguesa de ternera con patatas chips
Yogur, pan y agua



MARTES 29

VACACIONES DE NAVIDAD

MIERCOLES 2

Lentejas estofadas con verduras
Tortilla de patatas lechuga y maíz
Fruta fresca, pan y agua
Stew lentils with vegetables
Spanish omelette
683,6kcalpt25,8g lip22,5g hc:91,1g

MIERCOLES 9

Coditos con salsa de tomate
Cordon blue lechuga y zanahoria
Yogurt, pan y agua
Pasta in tomato sauce
Cordon blue
651,1Kcal - Prot:21,4g - Lip:31,2g -

MIERCOLES 16

Paella valenciana

Tortilla patatas y espinacas lechuga y tomate
Fruta fresca, pan y agua
Valencian paella
Omelette with potatoes & spinach
726,3Kcal - Prot:37,3g - Lip:24,1g -

MIERCOLES 23

VACACIONES DE NAVIDAD

MIERCOLES 30

VACACIONES DE NAVIDAD

JUEVES 3

Crema de calabaza, zanahoria y puerro
Albóndigas de ternera con patatitas
Fruta fresca, pan y agua
Pumpkin, leek and carrot cream's
Meatballs with vegetables
607,7kcalpt31,0g lip21,0g hc:65,9g

JUEVES 10

Judías verdes salteadas
Pollo al ajillo con patatas
Fruta fresca, pan y agua
Sautee green beans
Chicken with garlic
657,9kcalpt33,6g lip14,8g hc:92,4g

JUEVES 17

Lasaña
Pescadilla Orly con ensalada
Fruta fresca, pan y agua
Lasagna
Whiting orly
504,9Kcal - Prot:25,3g - Lip:12,8g -

JUEVES 24

VACACIONES DE NAVIDAD

JUEVES 31

VACACIONES DE NAVIDAD

DICIEMBRE 2020

VIERNES 4

Sopa de cocido con fideos
Garbanzos con morcillo chorizo y zanahoria
Yogurt, pan y agua
"Cocido" soup with noodles
Chickpeas with sausage, potatoes
688,0Kcal Prot:33,7g Lip:18,0g HC:92,6g

VIERNES 11

Lentejas guisadas con hortalizas
Merluza al horno lechuga y tomate
Yogurt, pan y agua
Stew lentils with vegetables
Baked hake
722,9kcalpt36,8g lip29,4g hc:72,2g

VIERNES 18

Sopa de cocido con fideos
Garbanzos con morcillo chorizo y zanahoria
Yogurt, pan y agua
"Cocido" soup with noodles
Chickpeas with sausage, potatoes
688,0Kcal Prot:33,7g Lip:18,0g HC:92,6g

VIERNES 25

VACACIONES DE NAVIDAD

