



# MENU DICIEMBRE 18



## ALERGIA PESCADO / FISH ALLERGY

| 3   | 4  | 5   | 6  | 7  |
|---|--|---|--|--|
| Crema de Puerros / Leek Cream<br>Lomo a la riojana con patatas / Grilled pork loin in tomato and vegetables sauce<br>Natillas, pan / creme caramel, bread | Arroz con magro / Meat paella<br>Sajonia horno con ensalada / Baked sajonia with salad<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread               | Patatas con verdura / Potato stew with vegetables<br>Salchichas de pollo con ensalada / Baked chicken sausages with salad<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread               | <b>FESTIVO</b>   | <b>FESTIVO</b>   |
| 10  | 11   | 12  | 13   | 14   |
| Arroz a la cubana / Rice in Tomato Sauce<br>Lacón asado con ensalada / Baked smoke ham with salad<br>Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread           | Lentejas burgalesa / Stewed lentils<br>Pollo con ensalada / Grilled chicken with salad<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread               | Crema de calabacín / Courgette cream<br>Ftes. Rusos en salsa patata dado / Grilled burger with potatoes<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread                                 | Sopa de Cocido / Stew Soup<br>Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread                     | Pasta boloñesa / Pasta in bolognese sauce<br>Filete con ensalada / Grilled fillet with salad<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread           |
| 17  | 18   | 19  | 20   | 21   |
| Macarrones al ajillo / Macaronni in garlic sauce<br>Salchichas con pisto / Sausages with ratatouille<br>Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread        | Sopa de puchero / Meat soup<br>Albóndiga jardinera con cous cous / Meatballs in Sauce with cous cous<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread | Judías Verdes con tomate / Green beans in tomato sauce<br>Tortilla de patata con lechuga y maíz / Potato omelette with lettuce and corn<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread | Arroz con pollo / Rice with chicken<br>Lomo con lechuga tomate y aceitunas / Grilled loin with salad<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread | MENU DE NAVIDAD<br>Hamburguesa completa con patatas fritas y ensalada / Burger with fried potatoes and salad<br>Dulces de navidad / Christmas Sweets |

## ALERGIA HUEVO / EGG ALLERGY

| 3   | 4   | 5   | 6  | 7  |
|---|---|---|--|--|
| Crema de Puerros / Leek Cream<br>Lomo a la riojana con patatas / Grilled pork loin in tomato and vegetables sauce<br>Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread   | Arroz con magro / Meat paella<br>Bacalao con tomate y ensalada / Baked cod in tomato sauce<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread            | Patatas marinera / Potato stew marinera style<br>Salchichas de pollo con ensalada / Baked chicken sausages with salad<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread                   | <b>FESTIVO</b>   | <b>FESTIVO</b>   |
| 10  | 11  | 12  | 13   | 14   |
| Arroz a la cubana / Rice in Tomato Sauce<br>Lacón asado con ensalada / Baked smoke ham with salad<br>Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread                   | Lentejas burgalesa / Stewed lentils<br>Merluza salsa con guisantes / Baked hake in sauce with peas<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread    | Crema de calabacín / Courgette cream<br>Ftes. Rusos en salsa patata dado / Grilled burger with potatoes<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread                                 | Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup<br>Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread                         | Pasta boloñesa sin huevo / Pasta in bolognese sauce<br>Filete hallibut albardado con ensalada / Battered hallibut with salad<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread |
| 17  | 18  | 19  | 20   | 21   |
| Macarrones sin huevo al ajillo / Macaronni in garlic sauce<br>Dados merluza con pisto / Baked hake with ratatouille<br>Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread | Sopa de puchero sin huevo / Meat soup<br>Albóndiga jardinera con arroz / Meatballs in Sauce with rice<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread | Judías Verdes con tomate / Green beans in tomato sauce<br>Tortilla de patata con lechuga y maíz / Potato omelette with lettuce and corn<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread | Arroz con pollo / Rice with chicken<br>Limanda horno con lechuga tomate y aceitunas / Battered hallibut with salad<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread | MENU DE NAVIDAD<br>Hamburguesa completa con patatas fritas y ensalada / Burger with fried potatoes and salad<br>Dulces de navidad / Christmas Sweets                       |

## ALERGIA LECHE / MILK ALLERGY

| 3   | 4   | 5  | 6  | 7  |
|---|---|--|--|--|
| Crema de Puerros / Leek Cream<br>Lomo a la riojana con patatas / Grilled pork loin in tomato and vegetables sauce<br>Postre apto / Suitable dessert | Arroz con magro / Meat paella<br>Bacalao con tomate y ensalada / Baked cod in tomato sauce<br>Fruta, pan / Fruit, bread           | Patatas marinera / Potato stew marinera style<br>Salchichas de pavo con ensalada / Baked turkey sausages with salad<br>Fruta, pan / Fruit, bread                     | <b>FESTIVO</b>   | <b>FESTIVO</b>   |
| 10  | 11  | 12   | 13   | 14   |
| Arroz a la cubana / Rice in Tomato Sauce<br>Lacón asado con ensalada / Baked smoke ham with salad<br>Postre apto / Suitable dessert                 | Lentejas burgalesa / Stewed lentils<br>Merluza salsa con guisantes / Baked hake in sauce with peas<br>Fruta, pan / Fruit, bread   | Crema de calabacín / Courgette cream<br>Ftes. Rusos en salsa patata dado / Grilled burger with potatoes<br>Fruta, pan / Fruit, bread                                 | Sopa de Cocido / Stew Soup<br>Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew<br>Fruta, pan / Fruit, bread                                      | Pasta boloñesa / Pasta in bolognese sauce<br>Filete hallibut rebozado con ensalada / Battered hallibut with salad<br>Fruta, pan / Fruit, bread             |
| 17  | 18  | 19   | 20   | 21   |
| Macarrones al ajillo / Macaronni in garlic sauce<br>Dados merluza con pisto / Baked hake with ratatouille<br>Postre apto / Suitable dessert         | Sopa de puchero / Meat soup<br>Albóndiga jardinera con cous cous / Meatballs in Sauce with cous cous<br>Fruta, pan / Fruit, bread | Judías Verdes con tomate / Green beans in tomato sauce<br>Tortilla de patata con lechuga y maíz / Potato omelette with lettuce and corn<br>Fruta, pan / Fruit, bread | Arroz con pollo / Rice with chicken<br>Limanda rebozada con lechuga tomate y aceitunas / Battered hallibut with salad<br>Fruta, pan / Fruit, bread | MENU DE NAVIDAD<br>Hamburguesa completa con patatas fritas y ensalada / Burger with fried potatoes and salad<br>Dulces de navidad aptos / Christmas Sweets |

## ALERGIA LEGUMBRE / LEGUME ALLERGY

| 3   | 4   | 5   | 6   | 7  |
|---|---|---|---|--|
| Crema de Puerros / Leek Cream<br>Lomo a la riojana con patatas / Grilled pork loin in tomato and vegetables sauce<br>Natillas, pan / creme caramel, bread | Arroz con magro / Meat paella<br>Bacalao con tomate y ensalada / Baked cod in tomato sauce<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread            | Patatas marinera / Potato stew marinera style<br>Salchichas de pollo con ensalada / Baked chicken sausages with salad<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread | <b>FESTIVO</b>  | <b>FESTIVO</b>   |
| 10  | 11  | 12  | 13  | 14   |
| Arroz a la cubana / Rice in Tomato Sauce<br>Lacón asado con ensalada / Baked smoke ham with salad<br>Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread           | Verduras salteadas / Sauted vegetables<br>Merluza salsa con ensalada / Baked hake in sauce with salad<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread | Crema de calabacín / Courgette cream<br>Ftes. Rusos en salsa patata dado / Grilled burger with potatoes<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread               | Sopa de Cocido / Stew Soup<br>Cocido Completo sin garbanzo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread                         | Canelones boloñesa / Bolognese canelloni<br>Filete hallibut rebozado con ensalada / Battered hallibut with salad<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread |
| 17  | 18  | 19  | 20  | 21   |
| Macarrones al ajillo / Macaronni in garlic sauce<br>Dados merluza con pisto / Baked hake with ratatouille<br>Yogur de fruta, pan / Fruit Yoghurt, bread   | Sopa de fideos / Meat soup<br>Albóndiga jardinera con cous cous / Meatballs in Sauce with cous cous<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread   | Verdura estofada / Vegetables stew<br>Tortilla de patata con lechuga y maíz / Potato omelette with lettuce and corn<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread   | Arroz con pollo / Rice with chicken<br>Limanda rebozada con lechuga tomate y aceitunas / Battered hallibut with salad<br>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread | MENU DE NAVIDAD<br>Hamburguesa completa con patatas fritas y ensalada / Burger with fried potatoes and salad<br>Dulces de navidad / Christmas Sweets           |

La sopa de cocido se elaborara con caldo realizado con carne y pollo aparte, sin contacto con garbanzos

**CELIACOS /  
CELIAC PEOPLE**

| 3   | 4   | 5  | 6  | 7  |
|---|---|--|--|--|
| Crema de Puerros / Leek Cream<br>Lomo a la riojana con patatas / <i>Grilled pork loin in tomato and vegetables sauce</i><br>Natillas, pan / <i>creme caramel, bread</i>                 | Arroz con magro / <i>Meat paella</i><br>Bacalao con tomate y ensalada / <i>Baked cod in tomato sauce</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i>             | Patatas marinera / <i>Potato stew marinera style</i><br>Salchichas de pollo con ensalada / <i>Baked chicken sausages with salad</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i>                   | <b>FESTIVO</b>   | <b>FESTIVO</b>   |
| 10  | 11  | 12   | 13   | 14   |
| Arroz a la cubana / <i>Rice in Tomato Sauce</i><br>Lacón asado con ensalada / <i>Baked smoke ham with salad</i><br>Yogur de fruta, pan / <i>Fruit Yoghurt, bread</i>                    | Lentejas burgalesa / <i>Stewed lentils</i><br>Merluza salsa con guisantes / <i>Baked hake in sauce with peas</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i>     | Crema de calabacín / <i>Courgette cream</i><br>Fies. Rusos en salsa patata dado / <i>Grilled burger with potatoes</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i>                                 | Sopa de Cocido sin gluten / <i>Stew Soup</i><br>Cocido Completo / <i>Chickpeas, Meat and Cabbage Stew</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i> | Pasta boloñesa sin gluten / <i>Pasta in bolognese sauce</i><br>Filete hallibut con ensalada / <i>Battered hallibut with salad</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i> |
| 17  | 18  | 19   | 20   | 21   |
| Macarrones sin gluten al ajillo / <i>Macaronni in garlic sauce</i><br>Dados merluza con pisto / <i>Baked hake with ratatouille</i><br>Yogur de fruta, pan / <i>Fruit Yoghurt, bread</i> | Sopa de puchero sin gluten / <i>Meat soup</i><br>Albóndiga jardinera con arroz / <i>Meatballs in Sauce with rice</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i> | Judías Verdes con tomate / <i>Green beans in tomato sauce</i><br>Tortilla de patata con lechuga y maíz / <i>Potato omelette with lettuce and corn</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i> | Arroz con pollo / <i>Rice with chicken</i><br>Limanda horno con lechuga tomate y aceitunas / <i>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</i>                 | MENU DE NAVIDAD<br>Hamburguesa completa sin gluten con patatas fritas y ensalada / <i>Burger with fried potatoes and salad</i><br>Dulces de navidad aptos / <i>Christmas Sweets</i>    |

Los menús son aptos para celíacos ya que todos se elaboran con productos sin gluten

**FRUTO  
SECO/NUTTY  
ALLERGY**

| 3  | 4   | 5  | 6   | 7  |
|--|---|--|---|--|
| Crema de Puerros / Leek Cream<br>Lomo a la riojana con patatas / <i>Grilled pork loin in tomato and vegetables sauce</i><br>Natillas, pan / <i>creme caramel, bread</i>      | Arroz con magro / <i>Meat paella</i><br>Bacalao con tomate y ensalada / <i>Baked cod in tomato sauce</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i>           | Patatas marinera / <i>Potato stew marinera style</i><br>Salchichas de pollo con ensalada / <i>Baked chicken sausages with salad</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i>                   | <b>FESTIVO</b>  | <b>FESTIVO</b>   |
| 10   | 11  | 12   | 13  | 14   |
| Arroz a la cubana / <i>Rice in Tomato Sauce</i><br>Lacón asado con ensalada / <i>Baked smoke ham with salad</i><br>Yogur de fruta, pan / <i>Fruit Yoghurt, bread</i>         | Lentejas burgalesa / <i>Stewed lentils</i><br>Merluza salsa con guisantes / <i>Baked hake in sauce with peas</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i>   | Crema de calabacín / <i>Courgette cream</i><br>Fies. Rusos en salsa patata dado / <i>Grilled burger with potatoes</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i>                                 | Sopa de Cocido / <i>Stew Soup</i><br>Cocido Completo / <i>Chickpeas, Meat and Cabbage Stew</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i> | Pasta boloñesa / <i>Pasta in bolognese sauce</i><br>Filete hallibut rebozado con ensalada / <i>Battered hallibut with salad</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i> |
| 17   | 18  | 19   | 20  | 21   |
| Macarrones al ajillo / <i>Macaronni in garlic sauce</i><br>Dados merluza con pisto / <i>Baked hake with ratatouille</i><br>Yogur de fruta, pan / <i>Fruit Yoghurt, bread</i> | Sopa de puchero / <i>Meat soup</i><br>Albóndiga jardinera con cous cous / <i>Meatballs in Sauce with cous cous</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i> | Judías Verdes con tomate / <i>Green beans in tomato sauce</i><br>Tortilla de patata con lechuga y maíz / <i>Potato omelette with lettuce and corn</i><br>Fruta y leche, pan / <i>Fruit and milk, bread</i> | Arroz con pollo / <i>Rice with chicken</i><br>Limanda rebozada con lechuga tomate y aceitunas / <i>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</i>   | MENU DE NAVIDAD<br>Hamburguesa completa con patatas fritas y ensalada / <i>Burger with fried potatoes and salad</i><br>Dulces de navidad aptos / <i>Christmas Sweets</i>             |

# MENUS COMEDOR PARA EL MES DICIEMBRE 2018

**CEIP BACHILLER ALONSO LOPEZ**



# CUTASA SL

**ALIMENTAMOS BIEN**

Avda. Montes de Oca, 19 nave - 24  
28703 San Sebastián de los Reyes (Madrid)  
Tel: 91 659 22 70