

# MENU ESCOLAR DOBLE OPCIÓN / COLEGIO ARENALES CARABANCHEL

Septiembre - 2019

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES











16

CREMA DE PUERROS  
MENESTRA DE VERDURA  
ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE  
ALBONDIGAS DE BACALAO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA DE TEMPORADA

17

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS  
BROCOLI SALTEADO  
TORTILLA DE ATÚN  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA DE TEMPORADA

18

ARROZ ABANDA  
ENSALADA DE ARROZ  
RAGOUT DE TERNERA CON VERDURAS  
SAN JACOBO  
FRUTA DE TEMPORADA

19

**PRODUCTO INTEGRAL**  
MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE  
Y QUESO  
ENSALADA DE PASTA  
MERLUZA A LA VASCA CON GUISANTES  
MERLUZA EMPANADA  
ENSALADA VERDE  
FRUTA DE TEMPORADA

20

ENSALADILLA RUSA  
CREMA DE VERDURAS  
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO  
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA  
CON MANZANA  
HELADO

23

LENTEJAS ESTOFADAS  
ROLLITOS DE PRIMAVERA  
FILETE DE POLLO AL HORNO  
NUGGET DE POLLO  
ENSALADA CON ACEITUNAS  
FRUTA DE TEMPORADA

24

**PRODUCTO INTEGRAL**  
VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI,  
ZANAHORIA, PATATA)  
CREMA DE GUISANTES  
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS  
ESTOFADO DE CERDO CON VERDURA  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA DE TEMPORADA

25

ENSALADA DE PASTA  
ESPIORALES CON TOMATE  
MEDALLONES DE BACALAO A LA  
PLANCHA  
DELICIAS DE BACALAO  
CON SOFRITO DE AJO  
TOMATE CON ORÉGANO  
YOGUR

26

CREMA DE CALABACÍN  
COLIFLOR AL AJOARRIERO  
GARBANZOS A LA BOLONESA  
VARITAS DE MERLUZA  
LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA DE TEMPORADA

27

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
ENSALADA DE ARROZ  
TORTILLA FRANCESA  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA DE TEMPORADA

30

ENSALADA DE PATATAS, ATÚN Y HUEVO  
CREMA DE ZANAHORIA  
CONTRAMUSLO DE POLLO AL CURRY  
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y MAÍZ  
HELADO






Scolarest

COMER APRENDER VIVIR