



Delicolect
Departamento de Nutrición



RECOMENDACIÓN PARA LA CENA

La cocina dispone de la información relativa a los alérgenos de los platos del menú, según el reglamento 1169/2011



SEPTIEMBRE 2024 | COLEGIO TRES OLIVOS



Los **menús** del comedor escolar han sido diseñados teniendo en cuenta las recomendaciones dadas por la Comunidad de Madrid y supervisados por **especialistas** en nutrición.

Las **cenas** recomendadas contienen los grupos de alimentos más adecuados para complementar los platos que los alumnos han comido al mediodía en el comedor de la escuela.

			JUEVES 5	VIERNES 6
			Salchichas de ave con patatas fritas	Ensalada de pasta con huevo cocido y atún
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
Crema de calabacín	Ensalada de lechuga y aceitunas	Ensalada de tomate y queso fresco	Espárragos aliñados	Crema de verduras
Tortilla de atún	Emperador a la plancha	Revuelto de quesito	Filete de ternera con patatas fritas	Salchichas frescas con patatas
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Cardo con jamón	Ensalada de verano	Coditos con tomate	Salmorejo	Albóndigas a la jardinera con patatas
Merluza en salsa	Tortilla de calabacín	Sepia a la plancha	Tortilla de jamón	
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
Ensalada de lechuga, maíz y cebolletas	Salmorejo	Ensalada de tomate y orégano	Crema de calabaza	Sopa de fideos
Huevos rellenos	Pollo en salsa	Huevo frito con patatas	Bonito con tomate	Escalope de pollo
LUNES 30				
Ensalada de tomate y pepino				
Merluza en salsa				

