FEBRERO 2020

COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin gluten

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Lentejas estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate s/g Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de gallo a la andaluza Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Cocido completo Sopa de ave s/g Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Dulce Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Calamares a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Judías pintas con verduras Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Menestra de verduras rehogada Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate s/g Salmón al horno Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Judías verdes rehogadas Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano s/g Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan sin alérgenos	Cocido completo Sopa de ave s/g Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Puré de alubias blancas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras s/g Merluza a la andaluza Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Alubias pintas con arroz integral Huevo frito Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020

COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin leche

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Lentejas estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de gallo a la andaluza Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Cocido completo Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Dulce Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Calamares a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Judías pintas con verduras Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Menestra de verduras rehogada Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate Salmón al horno Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Judías verdes rehogadas Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur de soja Pan sin alérgenos	Sopa de ave Cocido completo Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Puré de alubias blancas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras Merluza a la andaluza Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Alubias pintas con arroz integral Huevo frito Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020 COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin leche y legumbre

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Pisto de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate s/g Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de gallo a la andaluza Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Filete de cerdo a la plancha Patatas al vapor Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Dulce Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Calamares a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Crema de puerros Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Verduras variadas rehogadas Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate Salmón al horno Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Pisto de verduras Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Dados de pollo Patatas al vapor Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de verduras frescas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras Merluza a la andaluza Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Verduras variadas rehogadas Huevo frito Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020 COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin huevo, pescado y legumbre

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Pisto de verduras Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate s/g Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de pavo al limón Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Filete de cerdo a la plancha Patatas al vapor Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Dulce Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Crema de puerros Jamoncitos de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Verduras variadas rehogadas Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate s/g Lacón con aceite y pimentón Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Pisto de verduras Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de pollo al limón Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano s/g Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Dados de pollo Patatas al vapor Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de verduras frescas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras s/g Filete de pavo a la plancha Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Verduras variadas rehogadas Filete de ternera a la plancha Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020 COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin leche y pescado

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Lentejas estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate s/g Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de pavo al limón Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Cocido completo Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Dulce Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Judías pintas con verduras Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Menestra de verduras rehogada Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate Lacón con aceite y pimentón Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Judías verdes rehogadas Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur de soja Pan sin alérgenos	Sopa de ave Cocido completo Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Puré de alubias blancas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras Filete de pavo a la plancha Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Alubias pintas con arroz integral Huevo frito Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020

COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin pescado y legumbre

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Pisto de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de pavo al limón Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Filete de cerdo a la plancha Patatas al vapor Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Dulce Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Crema de puerros Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Verduras variadas rehogadas Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate Lacón con aceite y pimentón Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Pisto de verduras Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan sin alérgenos	Sopa de ave Dados de pollo Patatas al vapor Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de verduras frescas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras Filete de pavo a la plancha Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Verduras variadas rehogadas Huevo frito Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020 COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin leche y huevo

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Lentejas estofadas Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate s/g Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de gallo a la andaluza Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Cocido completo Sopa de ave s/g Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Dulce Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Calamares a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Judías pintas con verduras Jamoncitos de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Menestra de verduras rehogada Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate s/g Salmón al horno Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Judías verdes rehogadas Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Lentejas estofadas Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano s/g Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur de soja Pan sin alérgenos	Cocido completo Sopa de ave s/g Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Puré de alubias blancas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras s/g Merluza a la andaluza Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Alubias pintas con arroz integral Filete de ternera a la plancha Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020

COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin gluten y leche

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Lentejas estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate s/g Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de gallo a la andaluza Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Cocido completo Sopa de ave s/g Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Dulce Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Calamares a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Judías pintas con verduras Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Menestra de verduras rehogada Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate s/g Salmón al horno Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Judías verdes rehogadas Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano s/g Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Cocido completo Sopa de ave s/g Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Puré de alubias blancas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras s/g Merluza a la andaluza Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Alubias pintas con arroz integral Huevo frito Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020 COLEGIO CLARET -MADRID

Opción profesor colegio

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Lentejas guisadas Ensalada mixta Parrillada de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga, jamón york y piña Espirales con pollo y salsa de queso Ensalada mixta Judías verdes rehogadas Fruta del tiempo	Arroz tres delicias Ensalada mixta Menestra de verduras Filete de gallo a la romana Jardinera de verduras	Sopa de cocido Cocido completo Ensalada mixta Repollo con patatas Fruta del tiempo	Crema de zanahoria y avena Ensalada mixta Coliflor gratinada Estofado de ternera con couscous Bizcocho casero de coco y naranja
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Ensalada mixta Espinacas rehogadas Rabas empanadas Ensalada de lechuga	Sopa de picadillo Ensalada mixta Acelgas con jamón Magro con tomate y verdura Patatas al vapor	Alubias pintas guisadas Ensalada mixta Verduras variadas rehogadas Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y aceitunas	Menestra de verduras Pisto de verduras Ensalada mixta Albóndigas de burguer meat de ternera en salsa Patatas dado	Macarrones con tomate Ensalada mixta Guisantes salteados Salmón al horno Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria)
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Judías verdes rehogadas Ensalada mixta Sopa de verduras con pasta Escalope empanado Patatas panadera	Lentejas estofadas Ensalada mixta Brócoli y coliflor al gratén Tortilla francesa Ensalada de lechuga, aceitunas y queso	Coditos con salsa de tomate y orégano Ensalada mixta Espinacas con bechamel Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y zanahoria	Sopa de cocido Cocido completo Ensalada mixta Judias verdes con jamon Fruta del tiempo	Baked beans in toast Ensalada mixta Repollo con patatas Cottage pie Fruta del tiempo
24	**25**	**26**	**27**	
Tallarines con verduras Menestra con tomate Ensalada mixta Rodaja de merluza al huevo Patatas panadera	Crema de calabacín y queso Ensalada mixta Verduras variadas rehogadas Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado	Alubias pintas con arroz integral Ensalada mixta Coliflor rehogada con patata Huevo frito Pisto manchego	Sopa de ave con fideos Ensalada mixta Guisantes con jamón Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria)	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020

COLEGIO CLARET -MADRID

Preescolar basal

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Lentejas guisadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan	Coditos con tomate Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan	Arroz tres delicias Filete de gallo a la romana Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan integral	Sopa de cocido Cocido completo Fruta del tiempo Pan	Crema de zanahoria y avena Burguer meat de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Rabas empanadas Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan	Sopa de picadillo Cinta de lomo asada Patatas al vapor Yogur sabor Pan	Alubias pintas guisadas Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan	Crema de verduras Albóndigas de burguer meat de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan	Macarrones con tomate Merluza al horno Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Judías verdes rehogadas Escalope empanado Patatas panadera Fruta del tiempo Pan	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada de lechuga, aceitunas y queso Fruta del tiempo Pan	Coditos con salsa de tomate y orégano Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan	Sopa de cocido Cocido completo Fruta del tiempo Pan integral	Puré de alubias blancas Cottage pie Fruta del tiempo Pan
24	**25**	**26**	**27**	
Macarrones con verduras Rodaja de merluza al huevo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan	Crema de calabacín y queso Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan	Alubias pintas con arroz integral Huevo frito Pisto manchego Fruta del tiempo Pan	Sopa de ave con fideos Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020 COLEGIO CLARET -MADRID

Dieta para hiperlipidemia-niño

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan	Espirales con tomate Filete de pollo a la plancha Verduras variadas Fruta del tiempo Pan	Arroz con verduras Filete de gallo a la plancha Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan	Garbanzos con verduras Filete de pavo al limón zanahoria asada Fruta del tiempo Pan	Crema de zanahoria y avena Estofado de ternera con couscous Fruta del tiempo Pan
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan	Sopa de ave con fideos Lomo a la plancha Calabacín salteado Fruta del tiempo Pan	Alubias pintas con verduras Revuelto de champiñón Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan	Menestra de verduras Hamburguesa a la plancha Tomate asado Fruta del tiempo Pan	Macarrones con tomate Salmón al horno Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Judías verdes rehogadas Lomo a la plancha Maíz salteado Fruta del tiempo Pan	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan	Coditos con salsa de tomate y orégano Filete de merluza plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur desnatado natural Pan	Garbanzos con verduras Filete de pollo al limón zanahoria asada Fruta del tiempo Pan	Puré de alubias blancas Hamburguesa a la plancha Tomate asado Fruta del tiempo Pan
24	**25**	**26**	**27**	
Tallarines con verduras Merluza al horno Maíz salteado Fruta del tiempo Pan	Crema de calabacín Lomo a la plancha Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan	Alubias pintas con arroz integral Revuelto de champiñón Pisto manchego Fruta del tiempo Pan	Sopa de ave con fideos Jamoncitos de pollo asado en su jugo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020

COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin legumbre

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Pisto de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de gallo a la andaluza Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Filete de cerdo a la plancha Patatas al vapor Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Dulce Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Calamares a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Crema de puerros Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Verduras variadas rehogadas Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate Salmón al horno Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Pisto de verduras Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan sin alérgenos	Sopa de ave Dados de pollo Patatas al vapor Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de verduras frescas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras Merluza a la andaluza Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Verduras variadas rehogadas Huevo frito Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020

COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin huevo

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Lentejas estofadas Cinta de lomo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate s/g Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de gallo a la andaluza Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Cocido completo Sopa de ave s/g Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Dulce Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Calamares a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Judías pintas con verduras Jamoncitos de pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Menestra de verduras rehogada Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate s/g Salmón al horno Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Judías verdes rehogadas Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Lentejas estofadas Filete de pavo al limón Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano s/g Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan sin alérgenos	Cocido completo Sopa de ave s/g Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Puré de alubias blancas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras s/g Merluza a la andaluza Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Alubias pintas con arroz integral Filete de ternera a la plancha Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020

COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin gluten y legumbre

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Pisto de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate s/g Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de gallo a la andaluza Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Filete de cerdo a la plancha Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Dulce Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Calamares a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Crema de puerros Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Verduras variadas rehogadas Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate s/g Salmón al horno Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Pisto de verduras Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano s/g Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Dados de pollo Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de verduras frescas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras s/g Merluza a la andaluza Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Verduras variadas rehogadas Huevo frito Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020 COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin gluten y legumbre

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Pisto de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate s/g Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de gallo a la andaluza Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Filete de cerdo a la plancha Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Dulce Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Calamares a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Crema de puerros Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Verduras variadas rehogadas Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate s/g Salmón al horno Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Pisto de verduras Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano s/g Merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Dados de pollo Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de verduras frescas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras s/g Merluza a la andaluza Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Verduras variadas rehogadas Huevo frito Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave s/g Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020

FEBRERO 2020

COLEGIO CLARET -MADRID

Niño sin pescado

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4**	**5**	**6**	**7**
Lentejas estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con tomate Filete de pollo en salsa Verduras variadas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Arroz con verduras Filete de pavo al limón Jardinera de verduras Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Cocido completo Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de zanahorias Ragut de ternera Maíz salteado Bizcocho casero de coco y naranja Pan sin alérgenos
10	**11**	**12**	**13**	**14**
Arroz con verduras Filete de pavo a la plancha Ensalada de lechuga Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Magro con tomate y verduras Patatas al vapor Piña en almíbar Pan sin alérgenos	Judías pintas con verduras Tortilla de calabacín y patata Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Menestra de verduras rehogada Albóndigas de ternera en salsa Patatas dado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Macarrones con tomate Lacón con aceite y pimentón Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
17	**18**	**19**	**20**	**21**
Judías verdes rehogadas Filete de cerdo al ajillo Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y aceitunas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Espirales con salsa de tomate y orégano Filete de pavo en salsa Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur sabor Pan sin alérgenos	Sopa de ave Cocido completo Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Puré de alubias blancas Hamburguesa de ternera en salsa Puré de patatas Fruta del tiempo Pan sin alérgenos
24	**25**	**26**	**27**	
Espaguetis con verduras Filete de pavo a la plancha Patatas panadera Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Crema de calabacín Cinta de lomo asada Arroz integral con champiñón salteado Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Alubias pintas con arroz integral Huevo frito Pisto manchego Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	Sopa de ave Jamoncitos de pollo al ajillo Ensalada variada (lechuga, pepino y zanahoria) Fruta del tiempo Pan sin alérgenos	

martes, 21 de enero de 2020