

CPEB CARLOS BOUSOÑO

Comedor escolar

MENÚ

DICIEMBRE

2025

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
1º Espaguetis integrales con salsa de tomate casera (cebolla, pimienta, calabacín)	1º Arroz con verduras (pimiento, puerro, guisantes)	1º Lentejas estofadas con verduras (cebolla, pimienta, puerro)	1º Menestra de verduras (guisantes, pimienta, puerro, judías)	1º Fabas pintas con arroz integral
2º Pechuga de pavo a la plancha con ensalada LTC	2º Lubina a la plancha con ensalada LTC	2º Tortilla de patata con ensalada de LTC	2º Croquetas de pollo caseras	2º Ensalada variada LTC (aguacate, maicitos)
Postre: Fruta de temporada	Postre: Fruta de temporada	Postre: Fruta de temporada	Postre: Fruta de temporada	Postre: Yogurt natural sin azúcar
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
FESTIVO	1º Crema de verduras (calabacín, puerro, pimientos, judías)	1º Macarrones integrales con salsa de tomate casera	1º Ensalada variada LTC (aguacate, maicitos)	1º Garbanzos estofados (cebolla, pimienta, puerro)
	2º Costilla al estilo americano (asada con patatas asadas)	2º Salmón a la plancha con ensalada LTC	2º Arroz a la cubana con huevos a la plancha	2º Bacalao a la plancha con ensalada LTC
	Postre: Fruta de temporada	Postre: Fruta de temporada	Postre: Yogurt natural sin azúcar	Postre: Fruta de temporada
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
1º Ensalada de pasta (zanahoria, tomate, aceitunas)	1º Lentejas estofadas (cebolla, puerro, pimienta)	1º Menestra de verduras (guisantes, pimienta, puerro, judías)	1º Fabas pintas con arroz integral	MENÚ NAVIDEÑO 1º Sopa de fideos
2º Lubina a la plancha con ensalada LTC	2º Tortilla de patata con ensalada LTC	2º Pechuga de pollo a la plancha con ensalada LTC	2º Merluza en salsa verde con ensalada LTC	2º Carrilleras guisadas con patatas fritas
Postre: Fruta de temporada	Postre: Fruta de temporada	Postre: Yogurt natural sin azúcar	Postre: Fruta de temporada	Postre: Postre navideño

¡Felices fiestas!

BEBIDA: agua a disposición en jarra

PAN: trigo, centeno e integral, alternancia a lo largo de la semana

FRUTA: de temporada y con variedad diaria

Todos los platos son de elaboración casera, con sal yodada y aceite de oliva virgen extra.

Se cocina con verdura ecológica de Finca el Cabillón (según existencias)