

COLEGIO PUBLICO " MALIAYO "

DICIEMBRE 2.020

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
* El comedor y la cocina están sometidos a una AUDITORÍA EXTERNA de higiene y calidad, según protocolo APPCC				
	1 Espaguetis a la carbonara Huevos rellenos Fruta	2 Patatas guisadas con carne Merluza a la romana Fruta	3 Fabada asturiana Calamares fritos con ensalada de tomate Fruta	4 Paella mixta Ensalada mixta Postre lácteo
FESTIVO	FESTIVO	9 Cocido de garbanzos estofados Pechuga de pollo con ensalada Fruta	10 Fabes pintas Merluza con salsa Fruta	11 Arroz con pollo Tortilla con calabacín Fruta
14 Lentejas con verduras Croquetas y empanadillas con ensalada Fruta	15 Paella mixta Pescado con ensalada Fruta	16 Sopa de verduras Escalopines al cabrales con patatas fritas Fruta	17 Garbanzos estofados Lomo asado Postre lácteo	18 Menestra con taquitos jamón Revuelto de gambas Fruta
21 Espaguetis con salsa tomate Lacón con cachelos Fruta	22 Pote asturiano Pescado en salsa verde Fruta	23 Puré verduras. Pizza Zumos ecológicos. Postres navideños		

Se cocina con aceite de oliva virgen extra para las ensaladas y guisos. . Ensaladas: lechuga, tomate, maíz, zanahoria, Ingredientes para la guarnición : cebolla, ajo, tomate, pimiento, puerros, zanahorias y guisantes.
Como complemento una ración de pan. La sal es yodada.