NOVIEMBRE | COLEGIO SANTA GEMA

	Lunes DIA 2	Martes DIA 3	Miercoles DIA 4	Jueves DIA 5	Viernes DIA 6
Primer Plato		PAELLA DE VERDURAS ((T9)	BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS (12)	LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (T1, T9)	CREMA DE VERDURAS (brócoli, cebolla y boniato)
Opción 2			ESPINACAS A LA CREMA (7)	GARBANZOS ESTOFADOS CON CHORIZO (T9)	JUDÍA VERDE CON BONIATO Y CRUJIENTE DE JAMÓN (6, 7)
Segundo Plato	FESTIVO	CALAMARES A LA ANDALUZA CASEROS (3, 14)	RAGOUT DE TERNERA (T9)	POLLO CON SALSA BARBACOA (12)	TORTILLA DE PATATAS (3, 12)
Guarnición		ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PIPAS CON OLIVADA (T9)	ARROZ BASMATI	ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ (T9)	ENSALADA CON TOMATE Y ACEITUNAS
Postre		YOGUR (7)	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA

* Proteína de origen vegetal (legumbres o derivados), conforme a lo establecido en el Real Decreto 315/2025.

PAN BLANCO O INTEGRAL DIARIO

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sesámo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

SANED SCHOOL GASTRONOMY

TÜVRheinland CERTIFICADO · Sistema de Gestión ISO 9001:2015 · www.tuv.com ID 9108630489

NOVIEMBRE | COLEGIO SANTA GEMA

	✳ Lunes DIA 9	Martes DIA 10	Miercoles DIA 11	Jueves DIA 12	Viernes DIA 13
Primer Plato		PAELLA MIXTA (pollo y gambitas) (2, 12, T9)	MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE TOMATE Y VERDURITAS (1,T3, T6, T10)	CREMA DE PUERROS (12)	SOPA DE COCIDO (1, 3, 12, T6, T9, T10)
Opción 2			SOPA DE PICADILLO (1, 3, 9, 12, T6, T10)	ESPINACAS A LA CREMA (7)	
Segundo Plato	FESTIVO	ALBÓNDIGAS VEGETARIANAS CON SALSA DE TOMATE (6)	MERLUZA AL HORNO (cebolla y tomate natural) (4, T2, T14)	POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3, 10)	COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo, chorizo y morcilla) (12, T9)
Guarnición		PATATA PANADERA (12)	ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ	ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y TOMATE (T9)	ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, MAIZ Y REMOLACHA
Postre		FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR (7)	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA

✳ Proteína de origen vegetal (legumbres o derivados), conforme a lo establecido en el Real Decreto 315/2025.

PAN BLANCO O INTEGRAL DIARIO

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sesámo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

NOVIEMBRE | COLEGIO SANTA GEMA

	Lunes DIA 16	Martes DIA 17	Miercoles DIA 18	Jueves DIA 19	* Viernes DIA 20
Primer Plato	CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) (12, T9)	LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (T1, T9)	COLIFLOR HERVIDA CON PATATAS (12)	ARROZ CON COSTILLA (T9)	SOPA DE COCIDO (1, 3, 12, T6, T9, T10)
Opción 2	MENESTRA DE VERDURAS CON PATATA (calabacín, zanahoria y guisantes) (12, T9)	GARBANZOS SALTEADOS CON ARROZ INTEGRAL Y JAMÓN	CREMA DE VERDURAS (brócoli, cebolla y patata) (12)		
Segundo Plato	HAMBURGUESAS MIXTAS A LA PLANCHA (12)	HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS Y CRUJIENTE DE JAMÓN (3)	POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6)	PESCADO FRESCO DE MERCADO (2, 4, 14)	COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo, chorizo y morcilla) (12, T9)
Guarnición	BONIATO ASADO	ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS	ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y ZANAHORIA (T9)	ENSALADA DE BROTES VERDES CON SEMILLAS DE GIRASOL	
Postre	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR (7)	FRUTA DE TEMPORADA

DÍA MUNDIAL DE LA DIETA MEDITERRÁNEA

* Proteína de origen vegetal (legumbres o derivados), conforme a lo establecido en el Real Decreto 315/2025.

PAN BLANCO O INTEGRAL DIARIO

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sesámo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

NOVIEMBRE | COLEGIO SANTA GEMA

	Lunes DIA 23	Martes DIA 24	Miercoles DIA 25	Jueves DIA 26	Viernes DIA 27
Primer Plato	ARROZ NEGRO CON CALAMAR (2, 3, 4, 9, 14, T4, T9)	GARBANZOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (T9)	JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR (12)		SOPA DE PICADILLO (1, 3, 9, 12, T6, T10)
Opción 2		ALUBIAS PINTAS CON CHORIZO (T9)	CREMA DE BONIATO Y ZANAHORIA CON HINOJO (T9)		MACARRONES A LA CARBONARA (1, 3, 7, 12, T6, T9, T10)
Segundo Plato	MERLUZA REBOZADAS CON PANKO (1, 3, 4, 10, T6, T10)	TORTILLA DE PATATAS (3, 12)	DADOS DE LOMO ESTOFADOS (1, 9, 12, T9)	CREMA DE CALABAZA PAVO ASADO CON SALSA GRAVY Y FRUTOS ROJOS (7, 9, 12) MAZORCA DE MAÍZ (7)	POLLO AL CURRY (T1, T10)
Guarnición	ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ (T9)	ENSALADA DE BROTES VERDES , TOMATES CHERRYS Y MAIZ	CUSCÚS SALTEADO (1, T6, T10)		ARROZ BASMATI
Postre	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	NATILLAS (3, 7)	FRUTA DE TEMPORADA

✳ Proteína de origen vegetal (legumbres o derivados), conforme a lo establecido en el Real Decreto 315/2025.

PAN BLANCO O INTEGRAL DIARIO

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sesámo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

SANED SCHOOL GASTRONOMY

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO

NOVIEMBRE | COLEGIO SANTA GEMA

	✳ Lunes DIA 30	Martes DIA 1	Miercoles DIA 2	Jueves DIA 3	Viernes DIA 4
Primer Plato	ARROZ A LA CUBANA CON HUEVO (3)				
Opción 2	CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) (12, T9)				
Segundo Plato	BACALAO GRATINADO CON ALIOLI DE MANZANA (1, 2, 3, 4, 14)				
Guarnición					
Postre	FRUTA DE TEMPORADA				

✳ Proteína de origen vegetal (legumbres o derivados), conforme a lo establecido en el Real Decreto 315/2025.

PAN BLANCO O INTEGRAL DIARIO

Gluten (1) · Crustáceos (2) · Huevo (3) · Pescado (4) · Cacahuete (5) · Soja (6) · Leche (7) · Fruitos secos (8) · Apio (9) · Mostaza (10) · Sesámo (11) · Sulfitos (12) · Altramuces (13) · Moluscos (14)

SANED SCHOOL GASTRONOMY

Sistema de Gestión ISO 9001:2015 TÜVRheinland CERTIFICADO www.tuv.com ID 9108630469