NOVIEMBRE | COLEGIO SANTA GEMA
(vegano)

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
FESTIVO 2	1P PAELLA DE VERDURAS ((T9) 2P TOFU A LA ANDALUZA CASEROS (1, 3, 14) GU ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PIPAS CON OLIVADA (T9) PO YOGUR DE SOJA O FRUTA (6) 3	1P BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS (12) 2P RAGOUT DE SEITAN (1, 6, T9) GU ARROZ BASMATI PO FRUTA DE TEMPORADA 4	1P VERDURA DE TEMPORADA 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (T1, T9) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ (T9) PO FRUTA DE TEMPORADA 5	1P CREMA DE VERDURAS (brócoli, cebolla y boniato) 2P TORTILLA VEGANA GU ENSALADA CON TOMATE Y ACEITUNAS PO FRUTA DE TEMPORADA 6
FESTIVO 9	1P PAELLA DE VERDURAS (2, 12, T9) 2P ALBÓNDIGAS VEGETARIANAS CON SALSA DE TOMATE (6) GU PATATA PANADERA (12) PO FRUTA DE TEMPORADA 10	1P MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE TOMATE Y VERDURITAS (1,T3, T6, T10) 2P SEITAN AL HORNO (cebolla y tomate natural) (1, 6) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y PO M YOGUR DE SOJA O FRUTA (6) 11	1P CREMA DE PUERROS (12) 2P TOFUREBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 6, 10) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y TOMATE (T9) PO FRUTA DE TEMPORADA 12	1P SOPA DE VERDURAS (1, 12, T6, T9, T10) 2P GARBANZOS CON VERDURITAS PO FRUTA DE TEMPORADA 13
1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) (12, T9) 2P HAMBURGUESAS VEGETALES A LA PLANCHA (12) CON BONIATO ASADO PO FRUTA DE TEMPORADA DÍA MUNDIAL DE LA DIETA MEDITERRÁNEA 16	1P VERDURA DE TEMPORADA 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (T1, T9) GU ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS PO FRUTA DE TEMPORADA 17	1P COLIFLOR HERVIDA CON PATATAS (12) 2P SEITAN A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y ZANAHORIA (T9) PO FRUTA DE TEMPORADA 18	1P ARROZ CON VERDURITAS (T9) 2P TOFU AL HORNO (1, 6) GU ENSALADA DE BROTES VERDES CON SEMILLAS DE GIRASOL PO YOGUR DE SOJA O FRUTA (6) 19	1P SOPA DE VERDURAS (1, 12, T6, T9, T10) 2P GARBANZOS CON VERDURITAS PO FRUTA DE TEMPORADA ✳ 20
1P ARROZ CON TOMATE 2P TOFU REBOZADAS CON PANKO (1, 3, 4, 10, T6, T10) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ (T9) PO FRUTA DE TEMPORADA 23	1P VERDURA DE TEMPORADA 2P GARBANZOS CON VERDURAS (T9) GU ENSALADA DE BROTES VERDES , TOMATES CHERRYS Y MAIZ PO FRUTA DE TEMPORADA 24	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR (12) 2P DADOS DE TOFU ESTOFADOS (1, 9, 12, T9) GU CUSCÚS SALTEADO (1, T6, T10) PO FRUTA DE TEMPORADA 25	1P CREMA DE CALABAZA 2P SEITAN CON SALSA GRAVY VEGANA Y FRUTOS ROJOS (7, 9, 12) MAZORCA DE MAÍZ (7) PO YOGUR DE SOJA O FRUTA (6) 26	1P SOPA DE VERDURAS (1, 12, T6, T9, T10) 2P SALCHICHAS VEGANAS (1 ,6) GU ARROZ BASMATI PO FRUTA DE TEMPORADA 27
1P ARROZ CON TOMATE 2P TOFU SALTEADO CON VERDURITAS (1, 6) PO FRUTA DE TEMPORADA ✳ 30				

✳ 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 9108630489