

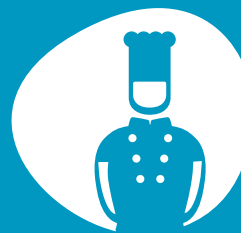
## ACTIVIDADES TEMÁTICAS MENSUALES : DEPARTAMENTO EDUCACIÓN

### EL MES DEL FÚTBOL

- Taller de las Normas de Convivencia.
- Taller de Halloween.
- Juegos de Fútbol.

### Sugerencias para cenar.

<b>Lunes 2</b> Ensalada y Ternera	<b>Martes 3</b> Ensalada y Huevo	<b>Miércoles 4</b> Verdura y Pescado	<b>Jueves 5</b> Verdura y Pavo	<b>Viernes 6</b> Ensalada y Pollo
<b>Lunes 9</b> Ensalada y Pescado	<b>Martes 10</b> Chipirones y ensalada	<b>Miércoles 11</b> Ensalada y Pescado	<b>Jueves 12</b> Festivo.	<b>Viernes 13</b> No lectivo.
<b>Lunes 16</b> Conejo y Patatas	<b>Martes 17</b> Ensalada y Pescado	<b>Miércoles 18</b> Verdura y Ternera	<b>Jueves 19</b> Ensalada y Huevo	<b>Viernes 20</b> Ensalada y Pescado
<b>Lunes 23</b> Ensalada y Huevo	<b>Martes 24</b> Ensalada y Pollo	<b>Miércoles 25</b> Verdura y Pavo	<b>Jueves 26</b> Ensalada y Pescado	<b>Viernes 27</b> Ensalada y Ternera
<b>Lunes 30</b> Ensalada y Ternera	<b>Martes 31</b> Verdura y pescado			



30 años  
a tu lado  
**secoe**<sup>®</sup>  
ALIMENTANDO SU FUTURO



Nº Certificados: ES073874-1 y ES073875-1



No te preguntes  
qué pueden hacer

tus compañeros por ti.

Pregúntate

qué puedes hacer

TÚ POR ELLOS

OCTUBRE 2017



Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se deberá informar sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información quedará reflejada en nuestros "Menús de Alergias alimentarias". Para cualquier otra información sobre alérgenos, póngase en contacto con nuestras Oficinas Centrales de **SECOE, SL**

C/ Playa de Benicasim, 9 / 28660 Boadilla del Monte / Madrid  
T. 91 632 45 74 / F. 91 032 13 55 / info@secoe.es / [www.secoe.es](http://www.secoe.es)  
Menú confeccionado por el **Departamento de Nutrición de SECOE**. Elaborados por una Dietista-Nutricionista (M. LOZANO) y una Diplomada en Dietética y Nutrición con Licenciatura en Tecnología de los Alimentos (C. HABERKON) / **R.S. 26.00012504/M**

Lunes 2	Martes 3	Miércoles 4	Jueves 5	Viernes 6
<ol style="list-style-type: none"> <li>Tallarines a la napolitana.</li> <li>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz.</li> <li>Sandía.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Judías blancas estofadas.</li> <li>Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria.</li> <li>Plátano.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menestra de verduras rehogadas.</li> <li>Guiso de ternera en salsa de verduras con setas.</li> <li>Pera.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Arroz tres delicias.</li> <li>Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria.</li> <li>Manzana.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Garbanzos guisados.</li> <li>Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate.</li> <li>Natillas de vainilla.</li> </ol>
Lunes 9	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13
<ol style="list-style-type: none"> <li>Lentejas estofadas.</li> <li>Revuelto de huevo y champiñón con ensalada de lechuga y tomate.</li> <li>Melón.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Crema de calabacín. (calabacín y patata)</li> <li>Albondigas de pollo en salsa suave.</li> <li>Pera.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Sopa de fideos,</li> <li>Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo.</li> <li>Plátano.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Festivo.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>No lectivo.</li> </ol>
Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18	Jueves 19	Viernes 20
<ol style="list-style-type: none"> <li>Macarrones con salsa de tomate y atún.</li> <li>Calamar a la plancha con ensalada de lechuga y tomate.</li> <li>Melón.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Puré de verduras frescas. (acelgas, puerro, zanahorias y patatas)</li> <li>Hamburguesa de ternera con ensalada de lechuga y tomate.</li> <li>Manzana.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Arroz con salchichas.</li> <li>Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y maíz.</li> <li>Plátano.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Sopa de ave con fideos.</li> <li>Estofado de pavo con verduras.</li> <li>Pera.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Guisantes rehogados.</li> <li>Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria.</li> <li>Yogurt. Pan integral.</li> </ol>
Lunes 23	Martes 24	Miércoles 25	Jueves 26	Viernes 27
<ol style="list-style-type: none"> <li>Judías blancas estofadas (patata y zanahoria)</li> <li>Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate.</li> <li>Naranja.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Marmita de sepia.</li> <li>Estofado de ternera con verduras.</li> <li>Pera.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Espaguetis a la boloñesa.</li> <li>Filete de merluza plancha con ensalada de lechuga y zanahoria.</li> <li>Plátano.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Cocido madrileño completo: Sopa de fideos.</li> <li>Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo.</li> <li>Manzana.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Puré de verduras frescas. (acelgas, puerro, zanahorias y patatas)</li> <li>Huevos cocidos y salchichas con salsa de tomate.</li> <li>Yogur.</li> </ol>
Lunes 30	Martes 31			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Lentejas con verduras.</li> <li>Medallones de merluza en salsa verde.</li> <li>Pera.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Paella valenciana.</li> <li>Lacón al horno con ensalada de lechuga y tomate.</li> <li>Manzana.</li> </ol>			

Todos los menús irán acompañados de agua y pan.