

SABIAS QUE... LA CALABAZA ES UNA VERDURA MUY RICA EN MINERALES Y, ENTRE ELLOS ESTÁN EL POTASIO, CALCIO, MAGNESIO, HIERRO Y ZINC

noviembre-23



COLEGIOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
			·CODITOS CON POLLO ·BACALAO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA	·COCIDO DE VERDURAS ·JAMONCITO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA
6	7	8	9	10
·CREMA DE CALABACIN ·LOMO ADOBADO CON MENESTRA FRUTA	·ARROZ A LA CUBANA ·SALCHICHAS CON HUEVO FRUTA	·CREMA DE GARBANZOS ·PECHUGA DE POLLO CON PATATAS A LO POBRE YOGUR	·SOPA DE PICADILLO ·MERLUZA EMPANADA CON ENSALADA FRUTA	·MACARRONES CON ATUN ·LOMO AL HORNO CON VERDURITAS FRUTA
13	14	15	16	17
·GUIISO DE LENTEJAS ·ENSALADA MIXTA DE PAVO Y ATUN FRUTA	·CREMA DE CALABAZA ·CROQUETAS CON MENESTRA FRUTA	·MACARRONES CON TOMATE Y QUESO ·MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA VERDE YOGUR	·ESTOFADO DE POLLO ·TORTILLON DE PATATAS Y CALABACIN CON TOMATE NATURAL FRUTA	·CREMA DE ALUBIAS ·LASAÑA FRUTA
20	21	22	23	24
·CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA ·BACALAO A LA GALLEGA FRUTA	·ESPIRALES CON ATUN ·JAMONCITO DE POLLO CON VERDURAS FRUTA	·SOPA DE ALBONDIGAS ·TORTILLON DE PATATAS CON ENSALADA YOGUR	·CREMA DE GARBANZOS ·PIZZA FRUTA	·ESTOFADO DE VERDURAS ·SALCHICHAS CON HUEVO FRUTA
27	28	29	30	
·GUIISO DE LENTEJAS ·TORTILLON DE PATATAS CON TOMATE NATURAL FRUTA	·SOPA DE PICADILLO ·PALITOS DE MERLUZA CON VERDURITAS FRUTA	·CREMA DE VERDURAS ·HAMBURGUESA COMPLETA YOGUR	·COCIDO DE GARBANZOS ·JAMONCITO DE POLLO AL AJILLO CON MENESTRA FRUTA	

*En cumplimiento con el Reglamento (CE) 1169/2011, nuestra empresa dispone de declaración de alérgenos; puede solicitar al personal de la empresa dicha información. Para cualquier duda a cerca de nuestro menú contacte con nuestro departamento de nutrición a través de nutricion@restauracionqs.com

*Menús revisados por Estefanía Fuentes Gámiz, Dietista-Nutricionista Col. AND-01058.

*La pieza de fruta será de temporada. Los menús podrán sufrir variaciones por necesidades de mercado



SABIAS QUE... LA CALABAZA ES UNA VERDURA MUY RICA EN MINERALES Y, ENTRE ELLOS ESTÁN EL POTASIO, CALCIO, MAGNESIO, HIERRO Y ZINC

noviembre-23



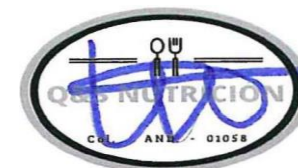
COLEGIOS sin lacteos

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
		·CREMA DE VERDURAS ·HAMBURGUESA CON PATATA COCIDA YOGUR DE SOJA	·CODITOS CON POLLO ·BACALAO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA	·COCIDO DE VERDURAS ·JAMONCITO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA
6	7	8	9	10
·CREMA DE CALABACIN ·LOMO ADOBADO CON MENESTRA FRUTA	·ARROZ A LA CUBANA ·SALCHICHAS CON HUEVO FRUTA	·CREMA DE GARBANZOS ·PECHUGA DE POLLO CON PATATAS A LO POBRE YOGUR DE SOJA	·SOPA DE PICADILLO bplv ·MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA FRUTA	·MACARRONES CON ATUN ·LOMO AL HORNO CON VERDURITAS FRUTA
13	14	15	16	17
·GUIISO DE LENTEJAS ·ENSALADA VERDE FRUTA	·CREMA DE CALABAZA ·HAMBURGUESA CON MENESTRA FRUTA	·MACARRONES CON TOMATE ·MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA VERDE YOGUR DE SOJA	·ESTOFADO DE POLLO ·TORTILLON DE PATATAS Y CALABACIN CON TOMATE NATURAL FRUTA	·CREMA DE ALUBIAS ·JAMONCITO DE POLLO AL HORNO CON MENESTRA FRUTA
20	21	22	23	24
·CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA ·BACALAO A LA GALLEGA FRUTA	·ESPIRALES CON ATUN ·JAMONCITO DE POLLO CON VERDURAS FRUTA	·SOPA DE ALBONDIGAS ·TORTILLON DE PATATAS CON ENSALADA YOGUR DE SOJA	·CREMA DE GARBANZOS ·PIZZA bplv FRUTA	·ESTOFADO DE VERDURAS ·SALCHICHAS CON HUEVO FRUTA
27	28	29	30	
·GUIISO DE LENTEJAS ·TORTILLON DE PATATAS CON TOMATE NATURAL FRUTA	·SOPA DE PICADILLO bplv ·MERLUZA AL HORNO CON VERDURITAS FRUTA	·CREMA DE VERDURAS ·HAMBURGUESA CON PATATA COCIDA YOGUR DE SOJA	·COCIDO DE GARBANZOS ·JAMONCITO DE POLLO AL AJILLO CON MENESTRA FRUTA	

*En cumplimiento con el Reglamento (CE) 1169/2011, nuestra empresa dispone de declaración de alérgenos; puede solicitar al personal de la empresa dicha información. Para cualquier duda a cerca de nuestro menú contacte con nuestro departamento de nutrición a través de nutricion@restauracionqs.com

*Menús revisados por Estefanía Fuentes Gámiz, Dietista-Nutricionista Col. AND-01058.

*La pieza de fruta será de temporada. Los menús podrán sufrir variaciones por necesidades de mercado



SABIAS QUE... LA CALABAZA ES UNA VERDURA MUY RICA EN MINERALES Y, ENTRE ELLOS ESTÁN EL POTASIO, CALCIO, MAGNESIO, HIERRO Y ZINC

noviembre-23



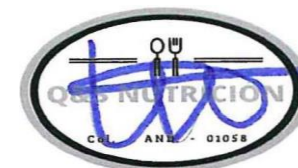
COLEGIOS sin huevo

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
		·CREMA DE VERDURAS ·HAMBURGUESA CON PATATA COCIDA YOGUR	·CODITOS CON POLLO bglu ·BACALAO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA	·COCIDO DE VERDURAS ·JAMONCITO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA
6	7	8	9	10
·CREMA DE CALABACIN ·LOMO ADOBADO CON MENESTRA FRUTA	·ARROZ A LA CUBANA ·SALCHICHAS DE POLLO CON ENSALADA VERDE FRUTA	·CREMA DE GARBANZOS ·PECHUGA DE POLLO CON PATATAS A LO POBRE YOGUR	·SOPA DE PICADILLO bplv ·MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA FRUTA	·MACARRONES CON ATUN bglu ·LOMO AL HORNO CON VERDURITAS FRUTA
13	14	15	16	17
·GUIISO DE LENTEJAS ·ENSALADA VERDE FRUTA	·CREMA DE CALABAZA ·HAMBURGUESA CON MENESTRA FRUTA	·MACARRONES CON TOMATE bglu ·MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA VERDE YOGUR	·ESTOFADO DE POLLO ·LOMO AL HORNO CON PATATAS A LO POBRE FRUTA	·CREMA DE ALUBIAS ·JAMONCITO DE POLLO AL HORNO CON MENESTRA FRUTA
20	21	22	23	24
·CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA ·BACALAO A LA GALLEGA FRUTA	·ESPIRALES CON ATUN bglu ·JAMONCITO DE POLLO CON VERDURAS FRUTA	·SOPA DE ALBONDIGAS DE POLLO ·LOMO AL HORNO CON ENSALADA YOGUR	·CREMA DE GARBANZOS ·PIZZA FRUTA	·ESTOFADO DE VERDURAS ·SALCHICHAS DE POLLO CON ENSALADA VERDE FRUTA
27	28	29	30	
·GUIISO DE LENTEJAS ·LOMO AL HORNO CON TOMATE NATURAL FRUTA	·SOPA DE PICADILLO bplv ·MERLUZA AL HORNO CON VERDURITAS FRUTA	·CREMA DE VERDURAS ·HAMBURGUESA CON PATATA COCIDA YOGUR	·COCIDO DE GARBANZOS ·JAMONCITO DE POLLO AL AJILLO CON MENESTRA FRUTA	

*En cumplimiento con el Reglamento (CE) 1169/2011, nuestra empresa dispone de declaración de alérgenos; puede solicitar al personal de la empresa dicha información. Para cualquier duda a cerca de nuestro menú contacte con nuestro departamento de nutrición a través de nutricion@restauracionqs.com

*Menús revisados por Estefanía Fuentes Gámiz, Dietista-Nutricionista Col. AND-01058.

*La pieza de fruta será de temporada. Los menús podrán sufrir variaciones por necesidades de mercado



SABIAS QUE... LA CALABAZA ES UNA VERDURA MUY RICA EN MINERALES Y, ENTRE ELLOS ESTÁN EL POTASIO, CALCIO, MAGNESIO, HIERRO Y ZINC

noviembre-23



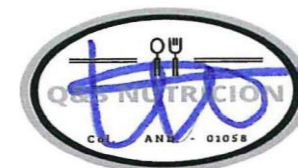
COLEGIOS sin gluten

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
		·CREMA DE VERDURAS ·PECHUGA DE POLLO CON PATATA AL HORNO YOGUR	·CODITOS CON POLLO bglu ·BACALAO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA	·COCIDO DE VERDURAS ·JAMONCITO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA
6	7	8	9	10
·CREMA DE CALABACIN ·LOMO ADOBADO CON MENESTRA FRUTA	·ARROZ A LA CUBANA ·SALCHICHAS CON HUEVO FRUTA	·CREMA DE GARBANZOS ·PECHUGA DE POLLO CON PATATAS A LO POBRE YOGUR	·SOPA DE PICADILLO bglu ·MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA FRUTA	·MACARRONES CON ATUN bglu ·LOMO AL HORNO CON VERDURITAS FRUTA
13	14	15	16	17
·GUIISO DE LENTEJAS ·ENSALADA MIXTA DE PAVO Y ATUN FRUTA	·CREMA DE CALABAZA ·HAMBURGUESA CON MENESTRA FRUTA	·MACARRONES CON TOMATE bglu ·MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA VERDE YOGUR	·ESTOFADO DE POLLO ·TORTILLON DE PATATAS Y CALABACIN CON TOMATE NATURAL FRUTA	·CREMA DE ALUBIAS ·JAMONCITO DE POLLO AL HORNO CON MENESTRA FRUTA
20	21	22	23	24
·CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA ·BACALAO A LA GALLEGA FRUTA	·ESPIRALES CON ATUN bglu ·JAMONCITO DE POLLO CON VERDURAS FRUTA	·SOPA DE ALBONDIGAS ·TORTILLON DE PATATAS CON ENSALADA YOGUR	·CREMA DE GARBANZOS ·PIZZA bglu FRUTA	·ESTOFADO DE VERDURAS ·SALCHICHAS CON HUEVO FRUTA
27	28	29	30	
·GUIISO DE LENTEJAS ·TORTILLON DE PATATAS CON TOMATE NATURAL FRUTA	·SOPA DE PICADILLO ·MERLUZA AL HORNO CON VERDURITAS FRUTA	·CREMA DE VERDURAS ·HAMBURGUESA CON PATATA COCIDA YOGUR	·COCIDO DE GARBANZOS ·JAMONCITO DE POLLO AL AJILLO CON MENESTRA FRUTA	

*En cumplimiento con el Reglamento (CE) 1169/2011, nuestra empresa dispone de declaración de alérgenos; puede solicitar al personal de la empresa dicha información. Para cualquier duda a cerca de nuestro menú contacte con nuestro departamento de nutrición a través de nutricion@restauracionqs.com

*Menús revisados por Estefanía Fuentes Gámiz, Dietista-Nutricionista Col. AND-01058.

*La pieza de fruta será de temporada. Los menús podrán sufrir variaciones por necesidades de mercado



SABIAS QUE... LA CALABAZA ES UNA VERDURA MUY RICA EN MINERALES Y, ENTRE ELLOS ESTÁN EL POTASIO, CALCIO, MAGNESIO, HIERRO Y ZINC

noviembre-23



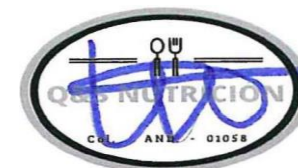
COLEGIOS no pescado

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
		·CREMA DE VERDURAS ·HAMBURGUESA COMPLETA YOGUR	·CODITOS CON POLLO ·LOMO ADOBADO CON ENSALADA VERDE FRUTA	·COCIDO DE VERDURAS ·JAMONCITO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA
6	7	8	9	10
·CREMA DE CALABACIN ·LOMO ADOBADO CON MENESTRA FRUTA	·ARROZ A LA CUBANA ·SALCHICHAS CON HUEVO FRUTA	·CREMA DE GARBANZOS ·PECHUGA DE POLLO CON PATATAS A LO POBRE YOGUR	·SOPA DE PICADILLO ·CORDON BLEU CON ENSALADA FRUTA	·MACARRONES CON ATUN ·LOMO AL HORNO CON VERDURITAS FRUTA
13	14	15	16	17
·GUIISO DE LENTEJAS ·ENSALADA VERDE FRUTA	·CREMA DE CALABAZA ·CROQUETAS CON MENESTRA FRUTA	·MACARRONES CON TOMATE Y QUESO ·LOMO AL HORNO CON ENSALADA VERDE YOGUR	·ESTOFADO DE POLLO ·TORTILLON DE PATATAS Y CALABACIN CON TOMATE NATURAL FRUTA	·CREMA DE ALUBIAS ·LASAÑA FRUTA
20	21	22	23	24
·CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA ·LOMO ADOBADO CON PATATAS FRUTA	·ESPIRALES CON TOMATE ·JAMONCITO DE POLLO CON VERDURAS FRUTA	·SOPA DE ALBONDIGAS ·TORTILLON DE PATATAS CON ENSALADA YOGUR	·CREMA DE GARBANZOS ·PIZZA FRUTA	·ESTOFADO DE VERDURAS ·SALCHICHAS CON HUEVO FRUTA
27	28	29	30	
·GUIISO DE LENTEJAS ·TORTILLON DE PATATAS CON TOMATE NATURAL FRUTA	·SOPA DE PICADILLO ·FLAMENQUINES CON VERDURITAS FRUTA	·CREMA DE VERDURAS ·HAMBURGUESA COMPLETA YOGUR	·COCIDO DE GARBANZOS ·JAMONCITO DE POLLO AL AJILLO CON MENESTRA FRUTA	

*En cumplimiento con el Reglamento (CE) 1169/2011, nuestra empresa dispone de declaración de alérgenos; puede solicitar al personal de la empresa dicha información. Para cualquier duda a cerca de nuestro menú contacte con nuestro departamento de nutrición a través de nutricion@restauracionqs.com

*Menús revisados por Estefanía Fuentes Gámiz, Dietista-Nutricionista Col. AND-01058.

*La pieza de fruta será de temporada. Los menús podrán sufrir variaciones por necesidades de mercado



SABIAS QUE... LA CALABAZA ES UNA VERDURA MUY RICA EN MINERALES Y, ENTRE ELLOS ESTÁN EL POTASIO, CALCIO, MAGNESIO, HIERRO Y ZINC

noviembre-23



COLEGIOS no cerdo

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
		·CREMA DE VERDURAS ·HAMBURGUESA COMPLETA YOGUR	·CODITOS CON POLLO ·BACALAO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA	·COCIDO DE VERDURAS ·JAMONCITO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA
6	7	8	9	10
·CREMA DE CALABACIN ·BACALAO A LA BAEZANA FRUTA	·ARROZ A LA CUBANA ·SALCHICHAS CON HUEVO FRUTA	·CREMA DE GARBANZOS ·PECHUGA DE POLLO CON PATATAS A LO POBRE YOGUR	·SOPA DE PICADILLO ·MERLUZA EMPANADA CON ENSALADA FRUTA	·MACARRONES CON ATUN ·PAVO CON SALTEADO DE VERDURAS FRUTA
13	14	15	16	17
·GUIISO DE LENTEJAS CON VERDURAS ·ENSALADA MIXTA DE PAVO Y ATUN FRUTA	·CREMA DE CALABAZA ·CROQUETAS CON MENESTRA FRUTA	·MACARRONES CON TOMATE Y QUESO ·MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA VERDE YOGUR	·ESTOFADO DE POLLO ·TORTILLON DE PATATAS Y CALABACIN CON TOMATE NATURAL FRUTA	·CREMA DE ALUBIAS ·LASAÑA DE POLLO FRUTA
20	21	22	23	24
·CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA ·BACALAO A LA GALLEGA FRUTA	·ESPIRALES CON ATUN ·JAMONCITO DE POLLO CON VERDURAS FRUTA	·SOPA DE ALBONDIGAS ·TORTILLON DE PATATAS CON ENSALADA YOGUR	·CREMA DE GARBANZOS ·PIZZA FRUTA	·ESTOFADO DE VERDURAS ·SALCHICHAS CON HUEVO FRUTA
27	28	29	30	
·GUIISO DE LENTEJAS CON VERDURAS ·TORTILLON DE PATATAS CON TOMATE NATURAL FRUTA	·SOPA DE PICADILLO ·PALITOS DE MERLUZA CON VERDURITAS FRUTA	·CREMA DE VERDURAS ·HAMBURGUESA COMPLETA YOGUR	·COCIDO DE VERDURAS ·JAMONCITO DE POLLO AL AJILLO CON MENESTRA FRUTA	

*En cumplimiento con el Reglamento (CE) 1169/2011, nuestra empresa dispone de declaración de alérgenos; puede solicitar al personal de la empresa dicha información. Para cualquier duda a cerca de nuestro menú contacte con nuestro departamento de nutrición a través de nutricion@restauracionqs.com

*Menús revisados por Estefanía Fuentes Gámiz, Dietista-Nutricionista Col. AND-01058.

*La pieza de fruta será de temporada. Los menús podrán sufrir variaciones por necesidades de mercado



SABIAS QUE... LA CALABAZA ES UNA VERDURA MUY RICA EN MINERALES Y, ENTRE ELLOS ESTÁN EL POTASIO, CALCIO, MAGNESIO, HIERRO Y ZINC

noviembre-23



COLEGIOS no carne

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	2	3
		·CREMA DE VERDURAS ·PALITOS DE MERLUZA CON TOMATE NATURAL YOGUR	·CODITOS CON TOMATE ·BACALAO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA	·COCIDO DE VERDURAS ·TORTILLON DE PATATAS CON MENESTRA FRUTA
6	7	8	9	10
·CREMA DE CALABACIN ·BACALAO A LA BAEZANA FRUTA	·ARROZ A LA CUBANA ·REVUELTO DE VERDURAS veg FRUTA	·CREMA DE GARBANZOS ·MERLUZA AL HORNO CON PATATAS YOGUR	·SOPA DE PICADILLO ov ·MERLUZA EMPANADA CON ENSALADA FRUTA	·MACARRONES CON ATUN ·TORTILLON DE PATATAS CON VERDURITAS FRUTA
13	14	15	16	17
·GUISO DE LENTEJAS CON VERDURAS ·ENSALADA MIXTA DE PAVO Y ATUN FRUTA	·CREMA DE CALABAZA ·PALITOS DE MERLUZA CON MENESTRA FRUTA	·MACARRONES CON TOMATE Y QUESO ·MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA VERDE YOGUR	·ESTOFADO DE VERDURAS ·TORTILLON DE PATATAS Y CALABACIN CON TOMATE NATURAL FRUTA	·CREMA DE ALUBIAS ·MERLUZA EMPANADA CON VERDURITAS YOGUR
20	21	22	23	24
·CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA ·BACALAO A LA GALLEGA FRUTA	·ESPIRALES CON ATUN ·DELICIAS DE CALAMAR CON VERDURITAS FRUTA	·SOPA DE PASTA VEGETAL ·TORTILLON DE PATATAS CON ENSALADA YOGUR	·CREMA DE GARBANZOS ·PIZZA ov FRUTA	·ESTOFADO DE VERDURAS ·MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA YOGUR
27	28	29	30	
·GUISO DE LENTEJAS CON VERDURAS ·TORTILLON DE PATATAS CON TOMATE NATURAL FRUTA	·SOPA DE PICADILLO ov ·PALITOS DE MERLUZA CON VERDURITAS FRUTA	·CREMA DE VERDURAS ·MERLUZA AL HORNO CON PATATAS YOGUR	·COCIDO DE GARBANZOS ·TORTILLON DE PATATAS Y ESPINACAS CON MENESTRA FRUTA	

*En cumplimiento con el Reglamento (CE) 1169/2011, nuestra empresa dispone de declaración de alérgenos; puede solicitar al personal de la empresa dicha información. Para cualquier duda a cerca de nuestro menú contacte con nuestro departamento de nutrición a través de nutricion@restauracionqs.com

*Menús revisados por Estefanía Fuentes Gámiz, Dietista-Nutricionista Col. AND-01058.

*La pieza de fruta será de temporada. Los menús podrán sufrir variaciones por necesidades de mercado

