



MENÚ

MENU BASAL

MAYO

Lunes	Martes	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3
			LENTEJAS COMPUESTAS	SOPA DE POLLO CON FIDEOS (1)
			PESCADO AL HORNO CON MOJO ROJO (4)	LOMO ADOBADO (12)
			PAPAS AL HORNO	ENSALADA CAMPERA
			FRUTA	HELADO (7)
			PAN BLANCO (1)	PAN BLANCO (1)
			631 Kcal	939Kcal
			73CH 21L 39P	136CH 25L 26P

Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
PURE DE CALABAZA	SOPA DOMINGUERA (1)	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE PESCADO CON ARROZ (4)	POTAJE DE ACELGAS CON GARBANZOS
HAMBURGUESAS CON TOMATE (1,7,12)	MUSLO DE POLLO CON ADOBO CANARIO	PASTA CONCHA CON TOMATE Y SALCHICHAS (1, 3, 7, 12)	FILETITOS DE CERDO CON MOJO CILANTRO	PESCADO EMPANADO (1, 3, 4, 7)
ARROZ BLANCO	ENSALADA DE PASTA (1)	PLÁTANO ECOLÓGICO	PAPAS GUIADAS	ENSALADA TROPICAL
FRUTA	YOGUR (7)	PAN INTEGRAL (1)	FRUTA	HELADO (7)
PAN INTEGRAL (1)	PAN BLANCO (1)	827Kcal	PAN BLANCO (1)	PAN BLANCO (1)
563 Kcal	698Kcal	109CH 13L 22P	665 Kcal	668 Kcal
66CH 11L 23P	79CH 19L 50P		HC 59 L 25 P 50	72CH 17L 33P

Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
CREMA DE ZANAHORIA	RANCHO CANARIO CON JUDIAS (1)	POTAJE DE ESPINACAS CON GARBANZOS	SOPA DE AVE CON HIERBABUENA (1)	PURE DE VERDURAS
LASAÑA BOLOÑESA (1, 3, 6, 7)	ATÚN ADOBADO (4)	TORTILLA ESPAÑOLA (3)	FRICADELLE EN SALSA (1, 6, 12)	POLLO A LA RIOJANA
FRUTA	PAPAS AL VAPOR	ENSALADA DE LA HUERTA	MENESTRA REHOGADA	PAPAS DOLLAR
PAN INTEGRAL (1)	YOGUR (7)	PLÁTANO ECOLÓGICO	FRUTA	HELADO (7)
819 Kcal	PAN BLANCO (1)	PAN INTEGRAL (1)	PAN BLANCO (1)	PAN BLANCO (1)
115CH 27L 28P	952 Kcal	855Kcal	737 Kcal	639 Kcal
	80CH 39L 44P	100CH 26L 30P	HC 69 L 33 P 55	HC 103 L 15 P 24

Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
LENTEJAS COMPUESTAS	SOPA DOMINGUERA CON GARBANZOS Y FIDEOS (1)	CREMA DE CALABACIN	PURE DE BERROS	PURE DE CALABAZA
PESCADO AL HORNO CON MOJO VERDE (4)	CORDON BLEU (1, 3, 7)	CARNE CON PAPAS	SALCHICHAS CON TOMATE (7)	PASTA CON TOMATE Y ATÚN (1, 4)
PAPAS GUIADAS	ENSALADA DE LA CASA	PLÁTANO ECOLÓGICO	ARROZ BLANCO	HELADO (7)
FRUTA	YOGUR (7)	PAN INTEGRAL (1)	FRUTA	PAN BLANCO (1)
PAN INTEGRAL (1)	PAN BLANCO (1)	939Kcal	PAN BLANCO (1)	PAN BLANCO (1)
707 Kcal	630 Kcal	136CH 25L 26P	683 Kcal	646 Kcal
HC 83 L 19 P 17	HC 66 L 20 P 10		HC 100 L 13 P 44	HC 54 L 18 P 37

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 31
SOPA DE POLLO CON FIDEOS (1)	POTAJE DE ACELGAS CON LEGUMBRES	RANCHO CANARIO (1)		PURE DE ZANAHORIA
CHIPIRONES (1, 3, 4, 14)	PASTA BOLOÑESA (1)	POLLO FIESTA		TORTILLA ESPAÑOLA (3)
ENSALADA TROPICAL	YOGUR (7)	PAPAS CON MOJO ROJO		JAMÓN COCIDO (7)
FRUTA	PAN BLANCO (1)	PLÁTANO ECOLÓGICO		HELADO (7)
PAN INTEGRAL (1)	PAN BLANCO (1)	PAN INTEGRAL (1)		PAN BLANCO (1)
538 Kcal	807 Kcal	588 Kcal		603 Kcal
HC 60 L 13 P 42	HC 64 L 29 P 10	HC 75 L 22 P 55		HC 62 L 15 P 28

** INFORMACIÓN SOBRE ALÉRGENOS EN LA TRASERA DEL MENÚ.

Los pescados que empleamos son: carboñero, merluza, atún y abadejo.

La fruta puede variar en función del punto de madurez.

Menús elaborados y revisados por nuestro equipo de Diplomados en Nutrición Humana y Dietética.

En cumplimiento con la Ley 17/2011 de Seguridad Alimentaria y Nutrición y con el Reglamento UE 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, el centro educativo tiene acceso a la descripción completa de ingredientes utilizados y alérgenos que pueda contener cada plato del menú. Solicite más información a su centro educativo.

