



SERVICIOS HOSTELEROS A COLECTIVIDADES

CEIP BELLAS VISTAS

NOVIEMBRE / November
2024

4	LUNES / Monday											5	MARTES / Tuesday											6	MIÉRCOLES / Wednesday											7	JUEVES / Thursday											8	VIERNES / Friday										
	GUISANTES REHOGADOS / Peas												ARROZ CON TOMATE / Rice with tomato												SOPA DE FIDEOS / Noddles soup												JUDÍAS PINTAS GUIADAS / Pinto beans												CREMA DE CALABACÍN / Zucchini cream										
	FILETE DE SAJONIA / Sajonian fillet												TORTILLA DE ATÚN / Tuna omelette												ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA / Meatballs in sauce												BACALAO EN SALSA AMERICANA / Cod in american sauce												POLLO ASADO / Roast chicken										
	PATATA FRITA / Potatoes												ZANAHORIA BABY / Baby carrot												VERDURAS ASADAS / Vegetables												ENSALADA CON TOMATE / Salad with tomato												QUINOA / Quinoa										
	FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												YOGURT / Yoghurt - PAN INTEGRAL / Wholemeal bread										
Kcal 609 Prot 26 HC 65 Gr 24 AGS 3 Az 22,7											Kcal 689 Prot 20 HC 80 Gr 31 AGS 4,6 Az 15,3											Kcal 629 Prot 30 HC 66 Gr 25 AGS 5,4 Az 18,4											Kcal 637 Prot 30 HC 80 Gr 18 AGS 2,4 Az 16,6											Kcal 674 Prot 30 HC 69 Gr 29 AGS 6 Az 14															
11	PASTA INTEGRAL CON SALSA DE VERDURAS / Pasta with vegetables											12	BRÓCOLI REHOGADO / Broccoli											13	JUDÍAS BLANCAS CON CALABAZA / White beans with pumpkins											14	ARROZ A LA MEXICANA (CON TOMATE, ZANAHORIA Y GUISANTES) / Rice with											15	SOPA DE COCIDO / Noddle soup										
	MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES / Hake inn sauce with peas												TORTILLA DE PATATA / Potatoes omelette												LENGUADO REBOZADO / Breaded sole												POLLO EN SALSA DE MOSTAZA / Chicken in mustard sauce												GARBANZOS, CARNE DE TERNERA, CHORIZO, MORCILLA, TOCINO Y VERDURA / Chikpeas, veal meat, chorizo, black pudding, pork fat and vegetables										
	ENSALADA CON REMOLACHA / Salad with beetroot												ENSALADA CON ZANAHORIA / Salad with carrot												ENSALADA CON MAÍZ / Salad with corn												FRUTA/ fruit - PAN INTEGRAL / Wholemeal bread																						
	FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												NATILLAS / Custard - PAN / Bread																						
Kcal 655 Prot 28 HC 73 Gr 26 AGS 5 Az 15,6											Kcal 642 Prot 25 HC 58 Gr 32 AGS 5,7 Az 19,3											Kcal 619 Prot 26 HC 68 Gr 23 AGS 3,1 Az 21											Kcal 700 Prot 24 HC 89 Gr 26 AGS 5,3 Az 17,2											Kcal 675 Prot 27 HC 78 Gr 26 AGS 5,7 Az 16															
18	LENTEJAS A LA HORTELANA / LENTILS											19	ARROZ ZAMORANO / Rice with chorizo, mushrooms and carrot											20	TRÍO DE COLES GRATINADO / Cabbages with cheese											21	COUS COUS CON VERDURAS / Cous cous with vegetables											22	JUDÍAS PINTAS CON CALABACÍN / Pinto beans with zucchini										
	ABADEJO A LA PROVENZAL / Provenzal pollack												TORTILLA FRANCESA / French omelette												CROQUETAS Y EMPANADILLAS / Croquettes and dumplings												MAGRO DE CERDO / Loin in sauce												POLLO ENCEBOLLADO / Chicken with onion										
	ZANAHORIA DADO / Carrot												ENSALADA CON REMOLACHA / Salad with beetroot												ENSALADA CON MAÍZ / Salad with corn												PATATA DADO / Potatoes												ENSALADA CON TOMATE / Salad with tomato										
	FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												GELATINA / Gelly - PAN / Bread												FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												YOGURT / Yoghurt - PAN INTEGRAL / Wholemeal bread										
Kcal 600 Prot 25 HC 75 Gr 19 AGS 3 Az 25,8											Kcal 607 Prot 18 HC 74 Gr 25 AGS 5,2 Az 12,9											Kcal 700 Prot 18 HC 73 Gr 35 AGS 7,5 Az 13,3											Kcal 698 Prot 36 HC 75 Gr 26 AGS 5,4 Az 19,6											Kcal 627 Prot 32 HC 62 Gr 23 AGS 4,1 Az 20															
25	CODITOS A LA CREMA / Pasta with cream											26	JUDÍAS VERDES REHOGADAS / Green beans											27	ARROZ A LA MILANESA / Rice with vegetables											28	CREMA DE COLIFLOR / Cauliflower cream											29	SOPA DE COCIDO / Noddle soup										
	SALMÓN AL LIMÓN / Lemon salmon												TORTILLA DE PATATA / Potatoes omelette												MERLUZA EN SALSA / Hake in sauce												RAGOUT DE PAVO / Turkey ragout												GARBANZOS, CARNE DE TERNERA, CHORIZO, MORCILLA, TOCINO Y VERDURA / Chikpeas, veal meat, chorizo, black pudding, pork fat and vegetables										
	ENSALADA CON ZANAHORIA / Salad with carrot												PIMIENTOS / Peppers												ENSALADA CON TOMATE / Salad with tomato												PURÉ DE MANZANA / Apple cream												FRUTA/ fruit - PAN INTEGRAL / Wholemeal bread										
	FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												FRUTA/ Fruit - PAN/ Bread												YOGURT ECOLÓGICO / Yoghurt - PAN / Bread												FRUTA/ fruit - PAN INTEGRAL / Wholemeal bread										
Kcal 669 Prot 32 HC 66 Gr 29 AGS 5 Az 12,5											Kcal 635 Prot 20 HC 56 Gr 34 AGS 5,5 Az 22,5											Kcal 668 Prot 23 HC 91 Gr 20 AGS 3,4 Az 20,9											Kcal 628 Prot 33 HC 64 Gr 24 AGS 4 Az 32,3											Kcal 692 Prot 23 HC 92 Gr 23 AGS 4 Az 7															

La fruta variará en función de la estación y grado de maduración. Al menos dos veces al mes se servirá fruta ecológica, que se identificará con el icono de la hoja verde

Los viernes se servirá pan integral. Todos los productos integrales se indican con el icono de la espiga

Leyenda: Kcal - Kilocalorías (energía). Nutrientes expresados en gramos: Prot - Proteínas; HC - Hidratos de Carbono; Gr - Grasas; AGS - Ácidos grasos saturados; Az - Azúcares.

Valoración calculada en base a las necesidades nutricionales para el grupo de niños de 6-9 años

Nuestros menús están adaptados a cada una de las dietas especiales, por lo que no incluyen la declaración de alérgenos. En caso de que necesiten cualquier aclaración al respecto pueden ponerse en contacto con nuestro departamento de nutrición en el teléfono 91 616 38 41 o por email en nutricion@servicioshosteleros.com





Empresa colaboradora de la Asociación de Celiacos de Madrid



Gluten Crustáceos Huevo Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos secos Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuzes Moluscos