

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
FIESTA 2	- Arroz con tomate - Merluza enharinada con lechuga y tomate - Yogur - Pan y agua Kcal: 684- Lip: 21- Hc: 94- Pro: 27 3	- Sopa de cocido - Cocido completo: garbanzos, carne, etc - Pera y leche - Pan y agua Kcal: 680- Lip: 23- Hc: 74- Pro: 35 4	- Crema de calabacín - Jamoncitos de pollo en salsa con arroz - Manzana y leche - Pan y agua Kcal: 644- Lip: 33- Hc: 62- Pro: 32 5	- Patatas guisadas con calamares - Solla en salsa de tomate con lechuga eco - Naranja y leche - Pan y agua Kcal: 537- Lip: 24- Hc: 51- Pro: 30 6
- Espaguetis salteados con verduras - Rape al horno con lechuga y maíz - Manzana y leche - Pan y agua Kcal: 569- Lip: 19- Hc: 74- Pro: 31 9	- Salmorejo cordobés - Lomo de cerdo a la manzana con patatas panaderas - Actimel - Pan y agua Kcal: 593- Lip: 32 - Hc: 72- Pro: 32 10	- Sopa de cocido - Cocido completo: garbanzos, carne, etc - Pera y leche - Pan y agua Kcal: 680- Lip: 23- Hc: 74- Pro: 35 11	- Menestra de verduras - Tortilla francesa con rodajas de tomate - Naranja y leche - Pan y agua Kcal: 516- Lip: 20- Hc: 49- Pro: 15 12	- Patatas guisadas con magro - Tacos de cazón con lechuga ecológica - Plátano y leche - Pan y agua Kcal: 672- Lip: 27- Hc: 75- Pro: 36 13
FIESTA DE SAN ISIDRO 16	- Macarrones con tomate y queso gratinados - Lacón a la gallega con cachelos - Naranja y leche - Pan y agua Kcal: 699- Lip: 31- Hc: 81- Pro: 31 17	- Ensalada campera de patata, tomate, atún, etc. - Ventresca de merluza al horno con guisantes - Pera y leche - Pan y agua Kcal: 618- Lip: 32- Hc: 66- Pro: 23 18	- Garbanzos estofados con chorizo - Tortilla de bonito con lechuga y maíz - Plátano y leche - Pan y agua Kcal: 693- Lip: 31- Hc: 86- Pro: 30 19	- Crema de calabaza - Salmón a la naranja con zanahorias baby - Fresas y leche - Pan y agua Kcal: 610- Lip: 34- Hc: 55- Pro: 27 20
- Tallarines con tomate y bacon - Merluza a la plancha verduritas salteadas - Naranja y leche - Pan y agua Kcal: 746- Lip: 35- Hc: 82- Pro: 27 23	- Ensalada de alubias eco con tomate y maíz - Huevos gratinados en salsa Aurora con lechuga - Yogur - Pan y agua Kcal: 634- Lip: 39- Hc: 52- Pro: 22 24	- Judías verdes con tomate - Salchichas de pavo con puré de patatas - Plátano y leche - Pan y agua Kcal: 638- Lip: 35- Hc: 69- Pro: 22 25	- Sopa juliana de verduras con estrellitas - Albóndigas de ternera a la riojana con quinoa - Pera y leche - Pan y agua Kcal: 660- Lip: 26- Hc: 95- Pro: 24 26	DÍA NACIONAL DEL CELÍACO (Arroz frito tres delicias/ Bacalao al horno con lechuga / Manzana y leche) 27
- Crema de zanahorias - Merluza enharinada con patatas panaderas - Manzana y leche - Pan y agua Kcal: 614- Lip: 34- Hc: 60- Pro: 24 30	JORNADA GASTRONÓMICA ARGENTINA (Ensalada chimichurri / Guiso carrero / Yogur) 31			

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos.

La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar.

Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes **alérgenos**: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, leche, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato.

Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años (niños).

MENÚ CELÍACOS

MAYO / MAY 2022

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
FIESTA 2	- Arroz con tomate - Merluza rebozada al ajo y perejil con lechuga y tomate - Yogur - Pan y agua Kcal: 684- Lip: 21- Hc: 94- Pro: 27 3	- Sopa de cocido - Cocido completo: garbanzos, carne, etc - Pera y leche - Pan y agua Kcal: 680- Lip: 23- Hc: 74- Pro: 35 4	- Crema de calabacín - Jamoncitos de pollo en salsa con arroz integral - Manzana y leche - Pan y agua Kcal: 635- Lip: 33- Hc: 60- Pro: 32 5	- Patatas guisadas con calamares - Solla en salsa de tomate con lechuga eco - Naranja y leche - Pan integral y agua Kcal: 528- Lip: 24- Hc: 53- Pro: 30 6
- Espaguetis integrales salteados con verduras - Rape al horno con lechuga y maíz - Manzana y leche - Pan y agua Kcal: 560- Lip: 19- Hc: 76- Pro: 31 9	- Salmorejo cordobés - Filete de pavo a la manzana con patatas panaderas - Actimel - Pan y agua Kcal: 552- Lip: 30 - Hc: 72- Pro: 37 10	- Sopa de cocido - Cocido completo: garbanzos, carne, etc - Pera y leche - Pan y agua Kcal: 680- Lip: 23- Hc: 74- Pro: 35 11	- Menestra de verduras - Tortilla francesa con rodajas de tomate - Naranja y leche - Pan y agua Kcal: 516- Lip: 20- Hc: 49- Pro: 15 12	- Patatas guisadas con pollo - Cazón en adobo con lechuga ecológica - Plátano y leche - Pan integral y agua Kcal: 663- Lip: 27- Hc: 77- Pro: 36 13
FIESTA DE SAN ISIDRO 16	- Macarrones con tomate y queso gratinados - Pavo al horno con patatas - Naranja y leche - Pan y agua Kcal: 661- Lip: 29- Hc: 81- Pro: 35 17	- Ensalada campera de patata, tomate, atún, etc. - Ventresca de merluza al horno con guisantes - Pera y leche - Pan y agua Kcal: 618- Lip: 32- Hc: 66- Pro: 23 18	- Garbanzos estofados con verduras - Tortilla de bonito con lechuga y maíz - Plátano y leche - Pan y agua Kcal: 682- Lip: 30- Hc: 86- Pro: 30 19	- Crema de calabaza - Salmón a la naranja con zanahorias baby - Fresas y leche - Pan integral y agua Kcal: 601- Lip: 34- Hc: 57- Pro: 27 20
- Tallarines cabonara con nata y queso - Merluza a la plancha verduritas salteadas - Naranja y leche - Pan y agua Kcal: 750- Lip: 38- Hc: 82- Pro: 27 23	- Ensalada de alubias eco con tomate y maíz - Huevos gratinados en salsa Aurora con lechuga - Yogur - Pan y agua Kcal: 634- Lip: 39- Hc: 52- Pro: 22 24	- Judías verdes con tomate - Salchichas de pavo con puré de patatas - Plátano y leche - Pan y agua Kcal: 638- Lip: 35- Hc: 69- Pro: 22 25	- Sopa juliana de verduras con estrellitas - Albóndigas de ternera a la riojana con quinoa - Pera y leche - Pan y agua Kcal: 660- Lip: 26- Hc: 95- Pro: 24 26	DÍA NACIONAL DEL CELÍACO (Arroz frito tres delicias/ Bacalao al horno con lechuga / Manzana y leche) 27
- Crema de zanahorias - Platija empanada con patatas panaderas - Manzana y leche - Pan y agua Kcal: 614- Lip: 34- Hc: 60- Pro: 24 30	JORNADA GASTRONÓMICA ARGENTINA (Ensalada chimichurri / Guiso carrero / Helado) 31			

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos.

La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar.

Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes **alérgenos**: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, leche, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato.

Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años (niños).

MENÚ MUSULMÁN

MAYO / MAY 2022