

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Mayo 2024

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
		<b>1</b> <b>FESTIVO LABORAL</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)	<b>2</b> Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)	<b>3</b> Crema de verduras Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)	<b>4</b> 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	<b>5</b> 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 2913/697 GT: 25 GS: 7 HC: 80 AZ: 21 PROT: 34 SAL: 1
<b>6</b> Lentejas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	<b>7</b> Macarrones con salsa de tomate con queso rallado San Jacobo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)	<b>8</b> Judías verdes con patatas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Fruta)	<b>9</b> Garbanzos estofados Lomo al ajillo con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)	<b>10</b> Arroz a la cubana (arroz, salsa de tomate) Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)	<b>11</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	<b>12</b> 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	VE: 3420/818 GT: 27 GS: 6 HC: 106 AZ: 22 PROT: 40 SAL: 2
<b>13</b> Alubias estofadas con verduras Albóndigas a la jardinera con patatas fritas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)	<b>14</b> Patatas a la riojana Rabas de calamar con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)	<b>15</b> Coditos con salsa de tomate Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	<b>16</b> Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)	<b>17</b> Crema de verduras Varitas de pescado con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Lácteos)	<b>18</b> 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	<b>19</b> 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 3271/783 GT: 31 GS: 7 HC: 96 AZ: 23 PROT: 31 SAL: 1
<b>20</b> Lentejas estofadas con verduras Chuleta de Sajonia con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)	<b>21</b> Espirales con tomate Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	<b>22</b> Garbanzos estofados con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)	<b>23</b> <b>JORNADA LOS ANGELES</b> Cheeseburger completa con patatas fritas Helado (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)	<b>24</b> Judías verdes con patatas Ventresca de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Legumbres y Lácteos)	<b>25</b> 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	<b>26</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	VE: 3118/746 GT: 25 GS: 5 HC: 98 AZ: 25 PROT: 34 SAL: 1
<b>27</b> Alubias pintas estofadas Contramuslo de pollo al limón con patatas fritas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)	<b>28</b> Arroz a la cubana Salchichas frescas con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	<b>29</b> Crema de calabacín Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Lácteos)	<b>30</b> Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)	<b>31</b> Macarrones con salsa de tomate Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)			VE: 3267/782 GT: 26 GS: 7 HC: 96 AZ: 23 PROT: 41 SAL: 2

(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses