



# MENÚ MAYO 2024

## ALERGIA PROTEINA VACA

### FESTIVO

			<b>1</b>	<b>2</b>	574 Kcal. P.: 22 HC.: 42 L.: 9	<b>3</b>	810 Kcal. P.: 21 HC.:62 L.: 26
					ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y REMOLACHA		ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNA
					SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS(1,3,9)		ARROZ BLANCO CON SALSAS DE TOMATE CASERA Y MEDIO HUEVO DURO (3)
					POLLO ASADO CON PATATA PANADERA (12)		SALCHICHAS DE CERDO
					FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA
<b>6</b>	695 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 28	<b>7</b>	650 Kcal. P.: 24 HC.: 46 L.: 18	<b>8</b>	805 Kcal. P.:16 HC.: 74 L.: 16	<b>9</b>	570 Kcal. P.: 24 HC.: 39 L.: 9
	ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y MAIZ		ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y PEPINO		ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y REMOLACHA		ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS
	GUIISO DE CALAMAR (2,4,12,14)		POTAJE DE GARBANZOS (12)		ARROZ CON COSTILLAS Y VERDURA		CREMA DE VERDURA ECOLÓGICAS (12)
	CABEZADA DE CERDO ASADA BBQ		MERLUZA A LA ANDALUZA (1,4)		TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3)		POLLO ASADO A LAS ESPECIAS DEL CHEFF
	FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA
<b>15</b>	605 Kcal. P.: 21 HC.: 46 L.: 8	<b>16</b>	625 Kcal. P.: 29 HC.:39 L.: 16	<b>17</b>	810 Kcal. P.: 24 HC.: 70 L.: 22	<b>18</b>	595 Kcal. P.: 22 HC.: 42 L.: 12
	ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ		ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y BROTES (6)		ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y PEPINO		ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA
	SOPA DE VERDURAS ECOLÓGICAS CON FIDEOS (1,3,9)		ESTOFADO DE PATATA CON VERDURAS (12)		ARROZ DE VERDURA CON GARBANZOS		ALUBIAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS (12)
	LOMO FRESCO BRASEADO AL HORNO CON VERDURITAS		BACALAILLA CLUB RANERO (4)		POLLO AL AJO CABAÑIL (12)		MERLUZA DITINGO (4)
	FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA
<b>20</b>	600 Kcal. P.: 25 HC.:42 L.: 13	<b>21</b>	638 Kcal. P.: 23 HC.: 58 L.: 16	<b>22</b>	557 Kcal. P.: 19 HC.: 55 L.: 17	<b>23</b>	730 Kcal. P.: 32 HC.: 49 L.: 18
	ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y REMOLACHA		ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA		ENSALADA DE TOMATE, MAIZ Y PEPINO		ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ
	CREMA DE JUDIAS VERDES,PUERRO Y CALABACIN ECOLÓGICAS (12)		MACARRONES INTEGRALES EN SALSAS DE TOMATE ECOLÓGICA (1,3)		ARROZ DE BACALAO Y AJOS TIERNOS (4)		MARMITAKO DE SALMÓN (4,12)
	POLLO AL HORNO (12)		FILETE DE GALLINETA EN SALSAS VERDES CON GUISANTES (4)		TORTILLA FRANCESA (3)		SECRETO DE CERDO ASADO AL HORNO
	FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA
<b>27</b>	615 Kcal. P.: 20 HC.: 54 L.: 18	<b>28</b>	820 Kcal. P.: 31 HC.: 52 L.: 30	<b>29</b>	710 Kcal. P.: 28 HC.: 38 L.: 18	<b>30</b>	730 Kcal. P.: 33 HC.: 40 L.: 13
	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ		ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA		ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ		ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y BROTES (6)
	ESPIRALES CON TOMATE CASERO Y CHAMPIÑONES (1,3)		COCIDO MONTAÑES CON ALUBIA ECOLÓGICA (12)		CREMA DE VERURAS ECOLÓGICAS (12)		ESTOFADO DE PAVO (12)
	LOMO DE CERDO PLANCHA		TORTILLA DE CEBOLLA (3)		FILETE DE PECHUGA DE POLLO ADOBADA ESTILO ANDALUZ CON VERDURITAS		MERLUZA A LA BASCA (4)
	FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA
							LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS (12)
							TORTILLA DE ESPINACAS(3)
							FRUTA DE TEMPORADA

NOTA: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas/ H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Nuestros menús incluyen PAN y la bebida será AGUA. DETRÁS DECLARACIÓN DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14) Y TRAZAS DE ALERGENOS (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14)