


































Abril 2018 / April 2018

| Lunes - 2 | Martes - 3 | Miércoles - 4 | Jueves - 5 | Viernes - 6 |
|--|--|---|--|--|
| <p>SEMANA SANTA</p> | <p>Pizza </p> <p>Ensalada mediterránea </p> <p>Lomo fresco en salsa de champiñones con tallarines </p> <p>Fruta de temporada Kcal:705 HC:56; G:19,P:16 Kcal; 615 HC; 59; G;19, P;22 --- REC. CENA --- Arroz con croquetas. Vaso de leche Kcal; 310 </p> | <p>Pincho de zorza/Crema de calabacín</p> <p>Merluza a la romana con guarnición </p> <p>Actimel </p> <p>Kcal:725 HC:59; G:20,P:21 Kcal; 630 HC; 58; G;19, P;23 --- REC. CENA --- Tortilla de patata. Vaso de leche Kcal; 335 </p> | <p>Lentejas/ Guisantes con jamón</p> <p>Zancos de pollo al horno con patatas</p> <p>Fruta de temporada Kcal:730 HC:58; G:21,P:21 Kcal; 655 HC; 59; G;19, P;22 --- REC. CENA --- Ensalada de pasta con atún, huevo, zanahoria y aceitunas. Vaso de leche con galletas Kcal; 385 </p> | <p>Crema de zanahoria/ Espirales vegetales </p> <p>Rape a la gallega </p> <p>Yogurt </p> <p>Kcal:600 HC:59; G:18 ,P:23 Kcal; 65 HC; 55; G;22, P;23 --- REC. CENA --- San Jacobo con patatas cocidas. Vaso de leche Kcal; 365 </p> |
| Monday - 9 | Monday - 10 | Wednesday - 11 | Thursday - 12 | Friday - 13 |
| <p>Empanada de jamón y queso/ </p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Migas de bacalao con arroz</p> <p>Piña en almíbar </p> <p>Kcal:615 HC:59; G:23,P:16 Kcal; 690 HC; 59; G;23, P;21 --- REC. CENA --- Tortilla francesa con espárragos </p> <p></p> | <p>Sopa de cocido</p> <p>Cocido gallego yogurt </p> <p>Kcal:896 HC:60; G:24,P:16 --- REC. CENA --- Crema de espinaca Vaso de leche Kcal 205 </p> | <p>Crema de verduras</p> <p>/ Potaje de garbanzos</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas</p> <p>Fruta de temporada Kcal:650 HC:57; G:23,P:20 Kcal; 790 HC; 59; G;27, P;17 --- REC. CENA --- Coliflor con patata, huevo y zanahoria. Vaso de leche Kcal; 338 </p> | <p>Ensaladilla </p> <p>/ Revuelto con champiñones </p> <p>Espaguetis a la boloñesa </p> <p>Natilla Danone </p> <p>Kcal:645 HC:58; G:25,P:17 Kcal; 615 HC; 60; G;19, P;21 --- REC. CENA --- Quiche de setas con jamón. Vaso de leche Kcal; 375 </p> | <p>Fabada/ Ensalada completa </p> <p>Carbonero </p> <p>Fruta de temporada Kcal:710 HC:60; G:20,P:20 Kcal; 615 HC; 59; G;19, P;22 --- REC. CENA --- Filete de pollo con patatas. Vaso de leche con galletas Kcal; 335 </p> |

| Lunes - 16 | Martes - 17 | Miércoles - 18 | Jueves - 19 | Viernes - 20 |
|--|---|--|---|--|
| <p>Crema de calabaza/ Empanada de atún</p>  <p>Churrasco con patatas fritas Helado</p>  <p>Kcal:677 HC:58; G:22,P:20 Kcal; 615 HC; 58; G;18, P;24 --- REC. CENA --- Macarrones con atún, nata y champiñones. Vaso de leche</p>  <p>Kcal; 390</p> | <p>Sopa maravilla/ Salpicón de atún</p>  <p>Bacalao a la portuguesa Fruta de temporada</p> <p>Kcal:610 HC:56; G:20,P:22 Kcal; 675 HC; 59; G;22, P;19 --- REC. CENA --- Arroz con anillas de calamar. Vaso de leche</p>  <p>Kcal; 385</p> | <p>Crujientes de pollo/ Menestra con huevo cocido</p>  <p>Albóndigas con arroz blanco Macedonia</p> <p>Kcal:750 HC:59; G:23,P:18 Kcal; 795 HC; 57; G;23, P;20 --- REC. CENA --- Judías con jamón Vaso de leche con galletas</p>  <p>Kcal; 410</p> | <p>Macarrones con atún y tomate/ Crema de calabacín</p>  <p>Salmón con patata cocida Yogurt</p>  <p>Kcal:760 HC:57; G:22,P:21 Kcal; 615 HC; 59; G;18, P;24 --- REC. CENA --- Sopa Sandwich vegetal (queso, lechuga, tomate, atún y huevo). Vaso de leche</p>  <p>Kcal; 440</p> | <p>Sopa juliana / Arroz tres delicias</p>  <p>Milanesa con patatas Fruta de temporada</p> <p>Kcal:625 HC:56; G:21,P:23 Kcal; 615 HC; 59; G;19, P;22 --- REC. CENA --- Pizza Vaso de leche con galletas</p>  <p>Kcal; 395</p> |
| Monday - 23 | Tuesday - 24 | Wednesday - 25 | Thursday - 26 | Friday - 27 |
| <p>Nuggets de merluza Ensalada completa</p>  <p>Paella Yogurt</p>  <p>Kcal:645 HC:61; G:23,P:16 Kcal; 595 HC; 57; G;23, P;19 --- REC. CENA --- Coliflor con patata, huevo y zanahoria. Vaso de leche con galletas</p>  <p>Kcal; 355</p> | <p>Judías con chorizo/ Ensalada de pasta</p>  <p>Palometa Fruta de temporada</p> <p>Kcal:585 HC:59; G:23,P:18 Kcal; 677 HC; 58; G;18, P;24 --- REC. CENA --- Macarrones con tomate. Vaso de leche</p>  <p>Kcal; 360</p> | <p>Tortilla española</p>  <p>/Crema de zanahoria Jamón asado con arroz blanco Melocotón en almíbar</p> <p>Kcal:680 HC:57; G:23,P:20 Kcal; 615 HC; 59; G;20, P;22 --- REC. CENA --- Salpicón Pescado a la plancha. Vaso de leche</p>  <p>Kcal; 325</p> | <p>Empanada de carne/ Ensalada mixta Marmitaco Copa Danone</p>  <p>Kcal:685 HC:57; G:20,P:23 Kcal; 615 HC; 60; G;19, P;21 --- REC. CENA --- Arroz con verduras (setas, zanahoria, guisantes) y filete de ternera Vaso de leche</p>  <p>Kcal; 455</p> | <p>Coliflor con huevo cocido /Croquetas y empanadillas</p>  <p>Tallarines a la carbonara Fruta de temporada</p> <p>Kcal:705 HC:60; G:18,P:22 Kcal; 615 HC; 56; G;24, P;20 --- REC. CENA --- Pescado a la plancha con ensalada mixta Vaso de leche</p>  <p>Kcal; 315</p> |

| Lunes - 30 | | | | |
|--|--|--|--|--|
| Brócoli con huevo cocido /Sopa de fideos    Lomo al ajillo Helado  Kcal:585 HC:58; G:22,P:20 Kcal; 655 HC; 59; G;19, P;22 --- REC. CENA --- Menestra con salchichas. Vaso de leche Kcal; 320    | | | | |

Garantizamos que estos menús han sido planificados según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la OMS en alimentación escolar y van a ser elaborados con materias primas de 1ª calidad.

Les informamos que para dar conformidad al reglamento (UE) n°1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, este centro pone a su disposición un listado con la información sobre alérgenos de los platos que componen el menú.

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|--|---|---|--|---|--|--|--|---|---|--|
|  CONTIENE GLUTEN |  CRUSTACEOS |  HUEVOS |  PESCADO |  CACAHUETES |  SOJA |  LACTEOS |  FRUTOS DE CÁSCARA |  ORZA |  MOSTAZA |  GRANOS DE SESAMO |  MOLUSCOS |  ALTRAMUCES |  DIOXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS |
|---|---|---|--|---|---|--|---|--|--|--|---|---|--|