

Menú escolar Mayo 2018

	Lunes			Martes			Miércoles			Jueves			Viernes		
1ª Semana				1 Potaje de garbanzos Figuritas de pescado con tomate 1,3,4 Yogur 7			2 Puré de calabacín 9 Pechuga de pollo con verduras Fruta			3 Sopa de cocido Revuelto de judías verdes con ensalada 3 Fruta			4 Arroz a la jardinera Merluza a la romana con ensalada 4 Fruta		
Cena				Sopita Tortilla de jamón york con champiñones 3 Fruta			Brécol Lubina a la plancha con ensalada 4 Fruta			Puré de calabaza 9 Hamburguesa casera con tomate 3,7 Fruta			Ensalada de tomate Gallo a la plancha con puré de patata 4 Fruta		
2ª Semana	7 Lentejas con verduras 9 Croquetas de bacalao con tomate 1,3,4,7 Fruta			8 Sopa de fideos 1 Pechuga de pavo con puré de patata 7 Fruta			9 Espirales con tomate 1 Huevos rellenos con champiñones 3 Yogur 7			10 Ensaladilla rusa 3,4 Pollo al horno con ensalada variada Fruta			11 Pizza de atún 1,4 Lenguado con tomate 4 Fruta		
Cena	Revuelto de espinacas con ensalada 3 Fruta			Calabacín a la plancha Sepia con limón 2 Fruta			Sopa de cocido Ensalada variada con atún 4 Fruta			Sopa de fideos con huevo duro 1,3 Fruta			Puré de zanahoria 9 Salchichas de pollo con ensalada Fruta		
3ª Semana	14 Arroz a la cubana 3 Nuggets de pollo con verduritas 1,3,7 Fruta			15 Puré de verduras Lenguado con ensalada 4 Fruta			16 Fideos de pescado 1,4 Tortilla de patata con ensalada 3 Fruta			17 Alubias blancas con verduras Albóndigas con tomate 1,3,7 Yogur 7			18 Sopa de verduras Lomo de merluza con ensalada 1,3,4 Fruta		
Cena	Judías verdes Lubina con puré de patata 4 Fruta			Sopa de estrellitas 1 Pechuga de pollo con ensalada Fruta			Puré de espinacas 9 Merluza a la romana con berenjena 1,3,4 Fruta			Ensalada de tomate Revuelto de calabacín 3 Fruta			Zanahoria hervida Albóndigas caseras con ensalada 1,3,7 Fruta		
4ª Semana	21 Crema de zanahoria 9 Canelones 1,7 Fruta			22 Fideua 1,2,4 Croquetas de pollo con champiñones 1,3,7 Fruta			23 Sopa de estrellitas 1 Bacalao al horno con ensalada 4 Fruta			24 Arroz con tomate Tortilla francesa con jamón york y judías verdes 3 Fruta			25 Lentejas con verduras Empanadilla de atún 1,4 Yogur 7		
Cena	Brécol salteado Filete de ternera Fruta			Puré de calabacín 9 Lenguado al horno 4 Fruta			Ensalada variada con palitos de cangrejo 4 Fruta			Calabacín a la plancha 9 Merluza al vapor 4 Fruta			Sopita con huevo duro 1,3 Fruta		
5ª Semana	28 Espaguetis a la marinera 1 Pollo al horno con ensalada Yogur 7			29 Arroz caldoso Filete de lenguado con ensalada de tomate 4 Fruta			30 Garbanzos con verduras Hamburguesa con puré de patatas Fruta			31 Sopa de pescado 4 Tortilla de patata con ensalada variada 3 Fruta					
Cena	Ensalada variada Pechuga de pollo con patata Fruta			Puré de calabaza 9 Tortilla de jamón york con ensalada 3 Fruta			Zanahoria hervida Merluza al horno con ensalada 4 Fruta			Ensalada de tomate Pechuga de pavo con calabacín Fruta					
Alérgenos	1 Cereales	2 Crustáceos	3 Huevos	4 Pescado	5 Cacahuete	6 Soja	7 Leche	8 Frutos de cáscara	9 Apio	10 Mostaza	11 Sésamo	12 SO ₂	13 Altramuces	14 Moluscos	