

C. MARÍA AUXILIADORA

Abril - 2021

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

FESTIVO

5

FESTIVO

6

FESTIVO

7

FESTIVO

8

FESTIVO

9

FESTIVO

10

FESTIVO

11

FESTIVO

12

664 Kcal. P.: 19 HC.: 37 L.: 39 G.: 10

LECHUGA, TOMATE Y PEPINO
GARBANZOS ESTOFADOS
CABEZA DE LOMO EN SALSA
FRUTA

13

721 Kcal. P.: 17 HC.: 46 L.: 35 G.: 7

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
ARROZ A LA CUBANA CON MEDIO
HUEVO DURO
SALCHICHAS DE POLLO
PISTO
FRUTA

14

655 Kcal. P.: 21 HC.: 51 L.: 26 G.: 5

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y
ACEITUNAS
FIDEUA CON VERDURITAS
ABADEJO CON AJITOS Y CEBOLLA EN
SALSA DE TOMATE
LÁCTEO

15

664 Kcal. P.: 12 HC.: 38 L.: 47 G.: 8

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
CREMA DE CALABACÍN
ESCALOPINES DE POLLO EMPANADOS
PATATA ASADA
FRUTA

16

898 Kcal. P.: 16 HC.: 32 L.: 48 G.: 12

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y
ATÚN
LENTEJAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
QUESITO
FRUTA

17

754 Kcal. P.: 18 HC.: 47 L.: 34 G.: 10

LECHUGA, TOMATE Y PEPINO
ROLLITO DE JAMÓN Y QUESO
ARROZ AL HORNO
FRUTA

18

446 Kcal. P.: 25 HC.: 46 L.: 25 G.: 4

LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA
CREMA DE GUISANTES
BACALAO AL HORNO CON TOMATE
FRUTA

19

892 Kcal. P.: 23 HC.: 37 L.: 39 G.: 11

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y
ATÚN
CODITOS CON SALSA DE CALABAZA Y
PARMESANO
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
LÁCTEO

20

610 Kcal. P.: 18 HC.: 40 L.: 40 G.: 11

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
SOPA DE AVE CON PASTA
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA
PLANCHA
PATATA ASADA
FRUTA

21

1.008 Kcal. P.: 19 HC.: 29 L.: 49 G.: 14

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y
ACEITUNAS
LENTEJAS CASTELLANAS
TORTILLA DE PATATAS
QUESO
FRUTA

22

697 Kcal. P.: 14 HC.: 55 L.: 27 G.: 5

LECHUGA, TOMATE Y PEPINO
MACARRONES CON SOFRITO
ALBÓNDIGAS DE POLLO CON
GUISANTES, ZANAHORIAS Y PATATAS
FRUTA

23

741 Kcal. P.: 17 HC.: 42 L.: 36 G.: 5

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y
ACEITUNAS
ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
VARITAS DE MERLUZA
PATATA ASADA
FRUTA

24

652 Kcal. P.: 21 HC.: 36 L.: 41 G.: 10

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
CREMA DE ZANAHORIAS
RAGOUT DE CERDO ESTOFADO
LÁCTEO

25

621 Kcal. P.: 15 HC.: 55 L.: 28 G.: 4

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y
ATÚN
ARROZ ABANDA
MERLUZA HORNO SOBRE LECHO DE
VERDURAS
FRUTA



NOTAS: La valoración nutricional media mensual es: 757 Kcal. P.: 17 HC.: 41 L.: 39 G.: 9 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.

¡Te damos la bienvenida a nuestro comedor escolar seguro!

Comienza con un buen **DESAYUNO**



Pan, cereales o derivados



Leche o derivados



Fruta fresca y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

LOS GUARDIANES DE LA SALUD



1 Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

Notas:

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020
 En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

