

C. MARÍA AUXILIADORA

Mayo - 2021

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3 559 Kcal. P.: 12 HC.: 49 L.: 35 G.: 8

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y ACEITUNAS
CREMA DE CALABAZA
CANELONES RELLENOS DE ATUN EN SALSA
FRUTA

4 641 Kcal. P.: 23 HC.: 39 L.: 32 G.: 4

LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA
OLLETA ALICANTINA CON ALUBIAS Y ARROZ
ABADEJO AL HORNO
ZANAHORIA EN RODAJAS
FRUTA

5 754 Kcal. P.: 22 HC.: 32 L.: 43 G.: 10

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
HERVIDO DE PATATA Y JUDÍA
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
PISTO
FRUTA

6 1.085 Kcal. P.: 16 HC.: 31 L.: 52 G.: 14

LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA
MACARRONES A LA BOLONESA (CON TOMATE Y CARNE PICADA)
TORTILLA DE PATATAS
QUESO
LÁCTEO

7 654 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 35 G.: 8

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

10 814 Kcal. P.: 20 HC.: 44 L.: 34 G.: 10

ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y ACEITUNAS
MACARRONES A LA CREMA
LOMO ADOBADO AL HORNO
PISTO
FRUTA

11 1.000 Kcal. P.: 18 HC.: 28 L.: 50 G.: 13

LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA
ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
QUESO
FRUTA

12 750 Kcal. P.: 15 HC.: 50 L.: 33 G.: 6

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
ARROZ TRES DELICIAS
HAMBURGUESA DE POLLO
FRUTA

13 545 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 38 G.: 7

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA RALLADA
CREMA DE VERDURAS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
PATATA ASADA
LÁCTEO

14 906 Kcal. P.: 9 HC.: 49 L.: 40 G.: 7

LECHUGA, TOMATE Y PEPINO
FIDEUA CON PESCADO
EMPANADILLAS DE ATÚN
PISTO
GELATINA

17 869 Kcal. P.: 13 HC.: 41 L.: 44 G.: 7

LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA
MACARRONES A LA NAPOLITANA
TORTILLA DE PATATA ESPAÑOLA CON PAVO
FRUTA

18 664 Kcal. P.: 19 HC.: 37 L.: 39 G.: 10

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

19 721 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

20 655 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

21 664 Kcal. P.: 12 HC.: 38 L.: 47 G.: 8

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

24 898 Kcal. P.: 16 HC.: 32 L.: 48 G.: 12

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

25 754 Kcal. P.: 18 HC.: 47 L.: 34 G.: 10

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

26 446 Kcal. P.: 25 HC.: 46 L.: 25 G.: 4

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

27 892 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

28 610 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

31 1.008 Kcal. P.: 19 HC.: 29 L.: 49 G.: 14

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



NOTAS: La valoración nutricional media mensual es: 757 Kcal. P.: 17 HC.: 40 L.: 40 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.

