

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Mayo 2022

COLEGIO: ENTRELIVOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
2 FESTIVO 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	3 FESTIVO 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	4 FESTIVO 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta	5 Arroz con salsa de tomate Pizza Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	6 Sopa de ave con pasta Bacalao rebozado con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	7 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	8 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	VE: 3051/730 GT: 23 GS: 5 HC: 109 AZ: 16 PROT: 25 SAL: 2
9 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	10 Sopa de arroz Chispas de merluza con ensalada de lechuga y maíz Helado y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	11 Crema de verduras Hamburguesa al horno con patatas asadas Fruta de temporada y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	12 Puchero Croquetas de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria Helado y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	13 Ensalada de pasta Lomo adobado con ensalada de lechuga y cebolla Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	14 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	15 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	VE: 3321/795 GT: 31 GS: 6 HC: 102 AZ: 24 PROT: 33 SAL: 2
16 Puré de verduras Albóndigas a la jardinera con arroz pilaf Fruta de temporada y pan (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	17 Alubias estofadas con chorizo Varitas de merluza con ensalada de lechuga y aceitunas Helado y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	18 Sopa de ave con pasta Contramuslo de pollo al horno con zanahorias salteadas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	19 Tallarines a la carbonara Revuelto de bacon Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	20 Arroz tres delicias Ventresca de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	21 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	22 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	VE: 2984/714 GT: 23 GS: 6 HC: 94 AZ: 21 PROT: 33 SAL: 2
23 Sopa de picadillo Albóndigas en salsa Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	24 Crema de verduras Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Helado y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Pasta y Fruta	25 Patatas estofadas con verduras Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	26 Códigos con salsa de tomate Merluza rebozada con limón con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	27 Garbanzos estofados con verduras Huevos revueltos con patatas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	28 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	29 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 3113/745 GT: 27 GS: 6 HC: 91 AZ: 21 PROT: 34 SAL: 2
30 Paella de verduras bunuelos de bacalao con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	31 Lentejas estofadas con chorizo Tortilla francesa con tomate aliñado Helado y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta						VE: 3534/845 GT: 27 GS: 6 HC: 122 AZ: 24 PROT: 27 SAL: 3

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses