

**MENÚS QUE SERVIREMOS DURANTE
EL MES DE MAYO 2018**
(MENUS THAT WE ARE GOING TO OFFER DURING MAY 2018)
C.E.I.P. SAN PASCUAL



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
COME SANO Y MUEVETE	1 FESTIVO BANK HOLIDAY	2 FESTIVO BANK HOLIDAY	3 1º CORDITOS C/ TOMATE 2º CINTA DE LOMO CON RISTO POSTRE : MELCOTÓN A. 1º Pasta with tomato sauce 2º Pork loin with vegetables	4 1º PATATAS C/ MAGRO 2º CAELLA ADOBADA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS POSTRE: YOGUR 1º Potatoes stew with lean 2º Marinated fish with salad
7 1º CREMA DE LEGUMBRE 2º TORTILLA DE JAMÓN C/ ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ POSTRE : FRUTA Y LECHE 1º Cream of legume soup 2º Ham omelette with salad	8 1º ESPIRALES BOLOÑESA 2º VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA C/ CALABACÍN Y ZANAHORIA POSTRE : FRUTA Y LECHE 1º Pasta bolognese 2º Hake in sauce with courgette and carrot	9 1º SOPA DE MENUDILLOS 2º LACÓN A LA GALLEGA CON PURÉ DE PATATA POSTRE : FRUTA Y LECHE 1º Noodle soup 2º Lacon Galician style with mashed potatoes	10 1º J. PINTAS C/ ARROZ 2º RAPE ANDALUZA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA POSTRE: FRUTA Y LECHE 1º Buller beam stew with rice 2º Anglerfish with salad	11 1º PURÉ DE VERDURAS 2º FTE DE POLLO PANÉ CASERO CON PATATAS POSTRE: YOGUR 1º Vegetables purée 2º Roasted fillet chicken with chips
14 1º MACARRONES A LA CREMA 2º CAZÓN EN ADOBO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ POSTRE: FRUTA Y LECHE 1º Macaroni with cream 2º Marinated fish with salad	15 1º GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS 2º TORTILLA C/ JAMÓN Y C/ ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA POSTRE : FRUTA Y LECHE 1º Chickpeas stew with vegetables 2º Ham omelette with salad	16 1º ARROZ CON TOMATE 2º RAGOUT DE POLLO CON MENERTRA POSTRE : FRUTA Y LECHE 1º Tomato rice 2º Chicken in sauce with vegetables	17 1º CREMA DE CALABACÍN 2º HAMBURGUESA CASERA C/ PATATAS POSTRE: FRUTA Y LECHE 1º Cream of courgette soup 2º Hamburger with chips	18 Menú gastronómico ASTURIAS 1º FABADA 2º MERLUZA A LA ASTURIANA G/ VERDURAS POSTRE: FLAN
21 1º J. VERDES REHOGADAS O PURÉ 2º CHULETA DE CERDO A LA RIOJANA CON PATATAS POSTRE: FRUTA Y LECHE 1º Sautéed French beans or purée 2º Pork chops Rioja style with salad	22 1º LENTEJAS HOTELEÑAS 2º CROQUETAS ARTESANALES DE BONITO (4 unidades) C/ ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA POSTRE : FRUTA Y LECHE 1º Lentils stew with vegetables 2º Croquettes of tuna with salad	23 1º TALLARINES C/ CHORIZO 2º VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA VERDE C/ GUISANTES POSTRE: FRUTA Y LECHE 1º Noodles with chorizo 2º Hake in sauce with peas	24 1º SOPA DE COCIDO 2º COCIDO MADRILEÑO POSTRE: HELADO 1º Hearty soup 2º Madrid style stew	25 1º PATATAS C/ BONITO 2º FTE DE POLLO EN SALSA CON CHAMPIÑÓN POSTRE: FRUTA Y LECHE 1º Potatoes stew with tuna 2º Chicken fillet with mushroom
28 1º COLIFLOR REHOGADA O PURÉ 2º CINTA DE LOMO PLANCHA CON PATATAS POSTRE: FRUTA Y LECHE 1º Sautéed cauliflower or purée 2º Pork loin with chips	29 1º ARROZ C/ POLLO Y VERDURA 2º RAPE A LA ANDALUZA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ POSTRE: FRUTA Y LECHE 1º Rice with chicken and vegetable 2º Anglerfish with salad	30 FESTIVO BANK HOLIDAY	31 1º CREMA DE BRÓCCOLI 2º POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON PATATAS POSTRE: YOGUR 1º Cream of broccoli soup 2º Fine herbs chicken with chips	

EN LOS MENÚS NO SE UTILIZA NINGÚN TIPO DE PRECOCINADO

Para cualquier consulta (incluida información de alérgenos) podrán ponerse en contacto con la dietista al siguiente correo electrónico:

nutricion@comedoresblanco.es o al teléfono 607524915. Este menú ha sido revisado por Paloma Gladiné Martín diplomada en

Nutrición Humana y Dietética, nº de Socias: addinma247.

TODOS LOS MENÚS VAN ACOMPAÑADOS DE PAN Y AGUA

Día	Kcal.	Proteínas	Grasas	Hidratos carbónico	AGS	Calcio	Hierro
3	670	37,7	17,4	88,8	4,4	134	6
4	691	45	24,2	70	5,6	297	4,6
7	745	35,1	22,1	82,1	5,1	282	9,1
8	715	37,3	17,7	96,6	3,9	300	5,6
9	688	35,6	21,2	84,3	6,2	203	4,7
10	728	44,5	18,4	88	3,7	238	6,2
11	649	36,8	21,6	73	5,8	310	4,7
14	701	40,1	17,5	91,4	4,2	288	4,3
15	688	29,9	23,1	81,6	4,2	227	8,4
16	732	26,1	21,8	101	4,9	302	6,2
17	682	34,5	22	82	7,6	222	5,5

	Kcal.	Proteínas	Grasas	Hidratos carbónico	AGS	Calcio	Hierro
18	735	41,9	19	91,1	4,5	239	8,9
21	662	36,3	22,2	74,9	6,1	232	5,1
22	814	29	42	71,8	7,8	345	7,4
23	742	37,8	21,5	94,4	5,5	275	8,5
24	749	40,2	23,8	86,9	8,1	259	8,1
25	690	35,9	20,1	79,2	5	202	3,9
28	671	37,7	18	84,0	5,5	203	4,9
29	721	38,5	20,1	92,8	4,3	209	3,3
30							
31	641	32,7	24,5	68,6	6	313	5,6

La **Rueda de los alimentos** nos ayuda a lograr una dieta sana y equilibrada. Se deben distribuir las raciones en desayuno, media mañana, comida, merienda y cena.

En caso de padecer alguna alergia alimentaria, nos permite identificar otros alimentos del mismo grupo por los que debe **sustituirse aquel que no se puede ingerir**, siempre procurando que sea en su forma más magra.

Por **ejemplo**, un alérgico al huevo puede sustituir los platos a base de huevo por una carne o un pescado magro o bien por un plato de legumbres con cereal.

EJERCICIO FÍSICO DIARIO
8 HORAS DE SUEÑO DIARIO



¿CÓMO PLANIFICAR LAS CENAS?

En función de los grupos que hayan tomado en el almuerzo, se confeccionará la cena para no repetir.

COMEDOR		CASA	
1º Platos			
Verduras/ Hortalizas	Guarnic: Patatas/ Arroz/ Maíz	Pasta-Arroz (mejor sopa) Patatas	Guarnic: Verdura/ Hortaliza/Ensalada
Pasta-Arroz, Patatas, Legumbres	Guarnic: Verdura/ Hortaliza/Ensalada	Verduras/ Hortalizas/ Ensaladas	Guarnic: Patatas/ Arroz/ Maíz
2º Platos			
Carne		Pescado/ Huevo	
Pescado		Carne/Huevo	
Huevo		Carne/Pescado	
Postres			
Fruta/lácteo		Preferentemente fruta (ocasionalmente un lácteo de recena)	



Centauro, 11 - Pol. Ind. Las Cubiertas
28971 GRUÑÓN (Madrid)
www.comedoresblanco.es



Nos sentimos orgullosos de que hayan depositado su confianza en nosotros.

¡MUCHAS GRACIAS!

Teléf. 91 690 00 33
Fax: 91 818 75 29

MENÚS PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES

MAYO

LINEA FRÍA

MENÚ SIN GLUTEN, SE EMPLEA PASTA SIN GLUTEN, MAIDENA Y PAN RALLADO S/FS PARA LOS REBOZADOS

MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FESTIVO	FESTIVO	CEPILLO DE LOMO CON PISTO	CARILLA ASADA CON ENSALADA TOMATE
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10
CEPILLO DE LOMO CON PISTO	BACONCHOS SOLDADOS	SOPEA DE BERRILLLOS	1. PASTEL O ARROZ
MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
VENTRUSCA MEXIQUESA C/ CALABACÍN Y ZANAHORA FRUTA Y LECHE	LECHÓN A LA CALIENTA C/ PINE DE PATATA FRUTA Y LECHE	PAPE ALA AMALUZA CON ENSALADA TOMATE	FILETE DE POLLO CON PATATAS TOMATE
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17
MAIDONENAS A LA CREMA CON VERDURAS	CHAMBRONES ESTOFADOS CON VERDURAS	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN PAPAIA
JUEVES 24	VIERNES 25	SÁBADO 26	DOMINGO 27
CAJÓN DE ACCORO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	TORTILLAS DE JAMÓN Y CON ENSALADA	RAJOUT DE POLLO CON MENSURAS	HAMBURGUESA CASERA CON PATATAS C/ VERDURAS
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24
JUDAS VERDES ROL C/ PINE	LENTILLAS NORDELIANAS	TALLARONES C/ CHORIZO	SOPEA DE COCIDO
MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
COQUILLO REBOZADO C/ PINE	ARROZ C/ POLLO Y VERDURA	CREMA DE BROCCOLI	PATATAS C/ BOMBÓN
JUEVES 7	VIERNES 8	SÁBADO 9	DOMINGO 10
CHULETA CERDO ROLADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CROQUETAS DE BOMBÓN CON ENSALADA	VENTRUSCA MEXIQUESA SALSA (CALABACÍN Y PINE)	FILET DE POLLO EN SALSA CON CHAMPIGNON FRUTA Y LECHE
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17
COQUILLO REBOZADO C/ PINE	ARROZ C/ POLLO Y VERDURA	CREMA DE BROCCOLI	PATATAS C/ BOMBÓN
MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
JUDAS VERDES ROL C/ PINE	LENTILLAS NORDELIANAS	TALLARONES C/ CHORIZO	SOPEA DE COCIDO
JUEVES 7	VIERNES 8	SÁBADO 9	DOMINGO 10
CHULETA CERDO ROLADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CROQUETAS DE BOMBÓN CON ENSALADA	VENTRUSCA MEXIQUESA SALSA (CALABACÍN Y PINE)	FILET DE POLLO EN SALSA CON CHAMPIGNON FRUTA Y LECHE
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17
COQUILLO REBOZADO C/ PINE	ARROZ C/ POLLO Y VERDURA	CREMA DE BROCCOLI	PATATAS C/ BOMBÓN
MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
JUDAS VERDES ROL C/ PINE	LENTILLAS NORDELIANAS	TALLARONES C/ CHORIZO	SOPEA DE COCIDO
JUEVES 7	VIERNES 8	SÁBADO 9	DOMINGO 10
CHULETA CERDO ROLADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CROQUETAS DE BOMBÓN CON ENSALADA	VENTRUSCA MEXIQUESA SALSA (CALABACÍN Y PINE)	FILET DE POLLO EN SALSA CON CHAMPIGNON FRUTA Y LECHE
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17
COQUILLO REBOZADO C/ PINE	ARROZ C/ POLLO Y VERDURA	CREMA DE BROCCOLI	PATATAS C/ BOMBÓN
MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
JUDAS VERDES ROL C/ PINE	LENTILLAS NORDELIANAS	TALLARONES C/ CHORIZO	SOPEA DE COCIDO

MENÚ SIN LECHE: SE EMPLEA PASTA SIN GLUTEN, MAIDENA Y PAN RALLADO S/FS PARA LOS REBOZADOS

MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FESTIVO	FESTIVO	CEPILLO DE LOMO CON PISTO	CARILLA ASADA CON ENSALADA TOMATE
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10
CEPILLO DE LOMO CON PISTO	BACONCHOS SOLDADOS	SOPEA DE BERRILLLOS	1. PASTEL O ARROZ
MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
VENTRUSCA MEXIQUESA C/ CALABACÍN Y ZANAHORA FRUTA Y LECHE	LECHÓN A LA CALIENTA C/ PINE DE PATATA FRUTA Y LECHE	PAPE ALA AMALUZA CON ENSALADA TOMATE	FILETE DE POLLO CON PATATAS TOMATE
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17
MAIDONENAS A LA CREMA CON VERDURAS	CHAMBRONES ESTOFADOS CON VERDURAS	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN PAPAIA
JUEVES 24	VIERNES 25	SÁBADO 26	DOMINGO 27
CAJÓN DE ACCORO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	TORTILLAS DE JAMÓN Y CON ENSALADA	RAJOUT DE POLLO CON MENSURAS	HAMBURGUESA CASERA CON PATATAS C/ VERDURAS
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24
JUDAS VERDES ROL C/ PINE	LENTILLAS NORDELIANAS	SERRANITOS C/ CHORIZO	SOPEA DE COCIDO
MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
COQUILLO REBOZADO C/ PINE	ARROZ C/ POLLO Y VERDURA	CREMA DE BROCCOLI	PATATAS C/ BOMBÓN
JUEVES 7	VIERNES 8	SÁBADO 9	DOMINGO 10
CHULETA CERDO ROLADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CROQUETAS DE BOMBÓN CON ENSALADA	VENTRUSCA MEXIQUESA C/ CALABACÍN Y ZANAHORA	FILET DE POLLO EN SALSA CON CHAMPIGNON FRUTA Y LECHE
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17
COQUILLO REBOZADO C/ PINE	ARROZ C/ POLLO Y VERDURA	CREMA DE BROCCOLI	PATATAS C/ BOMBÓN
MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
JUDAS VERDES ROL C/ PINE	LENTILLAS NORDELIANAS	TALLARONES C/ CHORIZO	SOPEA DE COCIDO
JUEVES 7	VIERNES 8	SÁBADO 9	DOMINGO 10
CHULETA CERDO ROLADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CROQUETAS DE BOMBÓN CON ENSALADA	VENTRUSCA MEXIQUESA SALSA (CALABACÍN Y PINE)	FILET DE POLLO EN SALSA CON CHAMPIGNON FRUTA Y LECHE
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17
COQUILLO REBOZADO C/ PINE	ARROZ C/ POLLO Y VERDURA	CREMA DE BROCCOLI	PATATAS C/ BOMBÓN
MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
JUDAS VERDES ROL C/ PINE	LENTILLAS NORDELIANAS	TALLARONES C/ CHORIZO	SOPEA DE COCIDO

MENÚ SIN CERDO

MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FESTIVO	FESTIVO	CEPILLO DE LOMO CON PISTO	CARILLA ASADA CON ENSALADA TOMATE
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10
CEPILLO DE LOMO CON PISTO	BACONCHOS SOLDADOS	SOPEA DE BERRILLLOS	1. PASTEL O ARROZ
MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
VENTRUSCA MEXIQUESA C/ CALABACÍN Y ZANAHORA FRUTA Y LECHE	LECHÓN A LA CALIENTA C/ PINE DE PATATA FRUTA Y LECHE	PAPE ALA AMALUZA CON ENSALADA TOMATE	FILETE DE POLLO CON PATATAS TOMATE
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17
MAIDONENAS A LA CREMA CON VERDURAS	CHAMBRONES ESTOFADOS CON VERDURAS	ARROZ CON TOMATE	CREMA DE CALABACÍN PAPAIA
JUEVES 24	VIERNES 25	SÁBADO 26	DOMINGO 27
CAJÓN DE ACCORO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	TORTILLAS DE JAMÓN Y CON ENSALADA	RAJOUT DE POLLO CON MENSURAS	HAMBURGUESA CASERA CON PATATAS C/ VERDURAS
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24
JUDAS VERDES ROL C/ PINE	LENTILLAS NORDELIANAS	TALLARONES CON TOMATE	SOPEA DE COCIDO
JUEVES 7	VIERNES 8	SÁBADO 9	DOMINGO 10
CHULETA CERDO ROLADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CROQUETAS DE BOMBÓN CON ENSALADA	VENTRUSCA MEXIQUESA SALSA (CALABACÍN Y PINE)	FILET DE POLLO EN SALSA CON CHAMPIGNON FRUTA Y LECHE
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17
COQUILLO REBOZADO C/ PINE	ARROZ C/ POLLO Y VERDURA	CREMA DE BROCCOLI	PATATAS C/ BOMBÓN
MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
JUDAS VERDES ROL C/ PINE	LENTILLAS NORDELIANAS	TALLARONES C/ CHORIZO	SOPEA DE COCIDO
JUEVES 7	VIERNES 8	SÁBADO 9	DOMINGO 10
CHULETA CERDO ROLADA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CROQUETAS DE BOMBÓN CON ENSALADA	VENTRUSCA MEXIQUESA SALSA (CALABACÍN Y PINE)	FILET DE POLLO EN SALSA CON CHAMPIGNON FRUTA Y LECHE
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17
COQUILLO REBOZADO C/ PINE	ARROZ C/ POLLO Y VERDURA	CREMA DE BROCCOLI	PATATAS C/ BOMBÓN
MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
JUDAS VERDES ROL C/ PINE	LENTILLAS NORDELIANAS	TALLARONES C/ CHORIZO	SOPEA DE COCIDO

Para cualquier consulta podéis poneros en contacto con la dieta a través de los siguientes correos electrónicos: nutricion@comedorhospitalario.es o al teléfono 917722429

MENÚ SIN LEGUMINOS: INCLUIDO JUDÍAS VERDES, GUISANTES Y SOJA

MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FESTIVO	FESTIVO	CINTA DE LOMO CON PISTO MELOCOTÓN A.	PATATAS C/BIAGRO
LUNES 7 CREMA DE ZANAHORIAS	MIÉRCOLES 9 SOPA DE MENUDILLOS	JUEVES 10 ARROZ CON TOMATE	VIERNES 11 PURE DE VERDURAS
TORTILLA JAMÓN S. CON ENSALADA C/ CALABACÍN Y ZANAHORA FRUTA Y LECHE	VENTRISCA MERLUZA C/ CALABACÍN Y ZANAHORA FRUTA Y LECHE	LACÓN A LA CALLEJA C/ PURÉ DE PATATA FRUTA Y LECHE	PTE. DE POLLO PANÉ CON PATATAS YOGUR
LUNES 14 MACARRONES A LA CREMA	MARTES 15 SOPA MINESTRONE	MIÉRCOLES 16 ARROZ CON TOMATE	VIERNES 18 PATATAS HORTELANAS
CACÓN EN ADOBIO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	RAGOUT DE POLLO CON VERDURAS FRUTA Y LECHE	MERLUZA ASTURIANA C/ VERDURAS FLAN
LUNES 21 PURE DE CALABAZA	MARTES 22 ARROZ JARDINERA	MIÉRCOLES 23 TALLARINES CITRONATE	VIERNES 25 PATATAS C/SORTIDO
CHULETA CERDO RIOJANA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CRUJETAS DE BONITO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	VENFRISCA MERLUZA C/ CALABACÍN Y ZANAHORA FRUTA Y LECHE	PTE. POLLO EN SALSA C/CHAMPIÓN FRUTA Y LECHE
LUNES 28 COLIFLOR REHOGADA O PURE	MARTES 29 RAPE A LA ANDALUZA C/ PATATAS FRUTA Y LECHE	MIÉRCOLES 30 ARROZ C/ PISTO Y VERDURA	
LUNES 28 CINTA DE LOMO PLANCHA C/ PATATAS FRUTA Y LECHE		JUEVES 31 CREMA DE BROCCOLI	

Para conseguir consultas: auristen@comensamientos.es o al teléfono 617504815

MENÚ SIN PESCADO NI MARISCO: EN ALERGIA SOLO A MARGOCINO SE RETIRA PESCADO

MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
FESTIVO	FESTIVO	CINTA DE LOMO CON PISTO MELOCOTÓN A.	PATATAS C/BIAGRO
LUNES 7 CREMA DE LEGUMBRE	MIÉRCOLES 9 SOPA DE MENUDILLOS	JUEVES 10 J. PINTAS C/ARROZ	VIERNES 11 PURE DE VERDURAS
TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	RAGOUT RAVIO SALSA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	LACÓN A LA CALLEJA C/ PURÉ DE PATATA FRUTA Y LECHE	PTE. DE POLLO PANÉ CON PATATAS YOGUR
LUNES 14 MACARRONES A LA CREMA	MARTES 15 SALSADOS BIFERRADOS CON VERDURAS	MIÉRCOLES 16 ARROZ CON TOMATE	VIERNES 18 FABADA
SALCHICHAS AVE CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	TORTILLA DE JAMÓN Y CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	RAGOUT DE POLLO CON MENSITRA FRUTA Y LECHE	TERNERA SALSA CON ENSALADA FLAN
LUNES 21 JUDIAS VERDES RH. O PURE	MARTES 22 LENTISJAS HORTELANAS	MIÉRCOLES 23 TALLARINES C/ CHORizo	VIERNES 25 PATATAS C/VERDURA
CHULETA CERDO RIOJANA CON PATATAS FRUTA Y LECHE	CRUJETAS DE POLLO CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	TERNERA SALSA CON ENSALADA FRUTA Y LECHE	PTE. POLLO EN SALSA C/CHAMPIÓN FRUTA Y LECHE
LUNES 28 COLIFLOR REHOGADA O PURE	MARTES 29 ARROZ C/ POLLO Y VERDURA	MIÉRCOLES 30 CREMA DE BROCCOLI	
LUNES 28 CINTA DE LOMO PLANCHA C/ PATATAS FRUTA Y LECHE		JUEVES 31 POLLO A LA FRANS HERBAS CON PATATAS YOGUR	



Menús para alérgicos