

MES: Mayo 2021

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>3</p> <p>Salteado de acelgas con patatas Tortilla francesa con arroz Fruta y pan</p>	<p>4</p> <p>Pasta con salsa de tomate Filete de merluza a la griega (tomate, aceitunas negras, cebolla y orégano) con ensalada de lechuga Fruta y pan integral</p>	<p>5</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>6</p> <p>Salteado de guisantes con patata y cebolla Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan integral</p>	<p>7</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga Fruta y pan</p>	<p>VE: 2718/650 GT: 15 GS: 2 HC: 103 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 3</p>
<p>10</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>11</p> <p>Patatas estofadas con verduras Filete de merluza en salsa verde Fruta y pan integral</p>	<p>12</p> <p>Sopa de pasta Abadejo al horno Fruta y pan</p>	<p>13</p> <p>JORNADA DE CANARIAS Garbanzos estofados con verduras Ensalada completa Plátano y pan integral</p>	<p>14</p> <p>Paella de arroz integral con verduras Timbal de dorada y patatas a lo pobre con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan</p>	<p>VE: 2382/570 GT: 11 GS: 1 HC: 96 AZ: 23 PROT: 30 SAL: 3</p>
<p>17</p> <p>Macarrones con salsa de tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p>	<p>18</p> <p>Crema de calabacín Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral</p>	<p>19</p> <p>Alubias estofadas con verduras Filete de merluza a la plancha con patatas dado Fruta y pan</p>	<p>20</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan integral</p>	<p>21</p> <p>Arroz con salsa de tomate Abadejo a la marinera (mejillón, tomate, cebolla, guiso) con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>VE: 2662/637 GT: 20 GS: 2 HC: 94 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 2</p>
<p>24</p> <p>Lentejas estofadas con arroz integral Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan</p>	<p>25</p> <p>Coditos a la napolitana Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan integral</p>	<p>26</p> <p>Salteado de acelgas con patatas Tortilla francesa con arroz Fruta y pan</p>	<p>27</p> <p>Alubias estofadas con verduras Gratinado de salmón y patatas panadera al orégano Yogur y pan integral</p>	<p>28</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>VE: 2809/672 GT: 14 GS: 1 HC: 114 AZ: 23 PROT: 33 SAL: 2</p>
<p>31</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas Tortilla francesa Fruta y pan</p>				<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú.</p>	<p>VE: 1843/441 GT: 9 GS: 0 HC: 76 AZ: 28 PROT: 18 SAL: 1</p>