

MES: Mayo 2022

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>3</p> <p>Macarrones con salsa de tomate Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral</p>	<p>4</p> <p>Alubias estofadas con verduras Jamoncitos de pollo al horno con patatas dadas asadas con ajo y romero Fruta y pan</p>	<p>5</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas Hamburguesa mixta con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan integral</p>	<p>6</p> <p>Arroz con salsa de tomate Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>VE: 2831/677 GT: 19 GS: 4 HC: 98 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>Lentejas estofadas con arroz integral Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan</p>	<p>10</p> <p>Coditos a la napolitana Pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan integral</p>	<p>11</p> <p>Salteado de acelgas con patatas Magro en salsa con arroz Fruta y pan</p>	<p>12</p> <p>Alubias estofadas con verduras Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral</p>	<p>13</p> <p>Arroz con salsa de tomate Jamoncitos de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>VE: 3120/746 GT: 18 GS: 3 HC: 113 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas Albóndigas a la jardinera (zanahoria, guisante, cebolla) Fruta y pan</p>	<p>17</p> <p>Arroz caldoso de verduras Lomo a la plancha con pisto Fruta y pan integral</p>	<p>18</p> <p>Sopa de ave con pasta Revuelto de jamón york, cebolla y queso con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>19</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Magro a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral</p>	<p>20</p> <p>Crema de champiñones Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan</p>	<p>VE: 2772/663 GT: 20 GS: 5 HC: 89 AZ: 23 PROT: 36 SAL: 1</p>
<p>23</p> <p>Salteado de borraja con patatas Wok de pavo con verduritas con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>24</p> <p>Garbanzos estofados con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p>	<p>25</p> <p>Arroz a la napolitana Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>26</p> <p>Crema de zanahoria Hamburguesa mixta con salteado de verduras Yogur y pan integral</p>	<p>27</p> <p>Ensalada de pasta Pollo asado con ensalada de lechuga, apio y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>VE: 2967/710 GT: 19 GS: 4 HC: 102 AZ: 28 PROT: 37 SAL: 2</p>
<p>30</p> <p>Menestra de verduras salteadas Gratén de huevos con bechamel Fruta y pan</p>	<p>31</p> <p>Arroz a la milanesa Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral</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: 2777/664 GT: 17 GS: 4 HC: 101 AZ: 27 PROT: 29 SAL: 1</p>