

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Mayo 2019

COLEGIO: COLEGIO ARZOBISPAL SAN ISIDORO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	I. Nutricional
		<b>1</b> <b>FESTIVO</b> (**) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	<b>2</b> Sopa de fideos Jamoncitos de pollo al ajillo con judías verdes salteadas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	<b>3</b> Espaguetis con salsa de tomate Filete de merluza al horno con zanahorias baby Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	<b>4</b> (**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	<b>5</b> (**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	Kcl: 653 HC: 71 Prot: 38 Lip: 19
<b>6</b> Crema de verduras (patata, calabacín, zanahoria, cebolla, puerro) Bacalao al horno con patatas fritas Fruta y pan (*) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	<b>7</b> Macarrones pomodoro Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	<b>8</b> <b>FERIA DE SEVILLA</b> (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	<b>9</b> <b>FERIA DE SEVILLA</b> (**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	<b>10</b> <b>FERIA DE SEVILLA</b> (**) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>11</b> (**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	<b>12</b> (**) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta (*) 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos	Kcl: 684 HC: 80 Prot: 29 Lip: 29
<b>13</b> Arroz con salsa de tomate Salchichas con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	<b>14</b> Potaje de garbanzos (zanahoria, judías verdes, patata) San Marino (merluza, jamón york y queso) con zanahorias baby Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	<b>15</b> Gazpacho (tomate, pimiento, pan, pepino, ajo) Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta en almíbar y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos	<b>16</b> Sopa de lluvia Albóndigas en salsa con patatas fritas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	<b>17</b> Coditos gratinados Abadejo en salsa con judías verdes salteadas Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	<b>18</b> (**) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>19</b> (**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta (*) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	Kcl: 662 HC: 80 Prot: 24 Lip: 23
<b>20</b> Patatas aliñadas Tortilla francesa con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	<b>21</b> Sopa de cocido Jamoncitos de pollo al limón con zanahorias baby Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	<b>22</b> Salmorejo Filete de merluza a la romana con judías verdes salteadas Fruta en almíbar y pan (*) 1º Legumbres 2º Carne con Patatas y Fruta	<b>23</b> Tallarines con salsa de tomate Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	<b>24</b> Arroz milanesa (sofrito: tomate, cebolla, pimiento; guisantes, zanahoria, judía verde, frankfurt) Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	<b>25</b> (**) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	<b>26</b> (**) 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	Kcl: 675 HC: 72 Prot: 30 Lip: 30
<b>27</b> Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	<b>28</b> Macarrones con salsa de tomate Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	<b>29</b> Gazpacho (tomate, pimiento, pan, pepino, ajo) Jamoncitos de pollo al horno con patatas fritas Fruta en almíbar y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	<b>30</b> Sopa de fideos Carne mechada con zanahorias baby Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	<b>31</b> Cascote (alubia, garbanzo, patata, calabaza, morcilla, judías verdes) Filete de merluza al horno con menestra de verduras salteadas Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta			Kcl: 663 HC: 77 Prot: 26 Lip: 29

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

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)