



MENÚ MES DE ABRIL

	1ª SEMANA Del 3 al 6	2ª SEMANA Del 10 al 14	3ª SEMANA Del 17 al 21	4ª SEMANA Del 24 al 28	5ª SEMANA 0
L	<p><u>Espagueti con tomate</u> Crema de espinacas</p> <p><u>Hamburguesa</u> Gratin de atún</p> <p>Frutas variadas</p>			<p><u>Macarrones con chorizo</u> Brócoli rehogado</p> <p><u>Huevos con bacon</u> Palitos de pescado</p> <p>Frutas variadas</p>	
M	<p><u>Patatas guisadas</u> Menestra de verduras</p> <p><u>Tortilla de patatas</u> Fritura variada</p> <p>Lácteos variados</p>		<p><u>Arroz tres delicias</u> Sopa de fideos</p> <p><u>Albóndigas</u> Lomos de merluza</p> <p>Lácteos variados</p>	<p><u>Crema de champiñon</u> Repollo rehogado</p> <p><u>San jacob</u> Atún con tomate</p> <p>Lácteos variados</p>	
X	<p><u>Crema de calabacín</u> Judías v. rehogadas</p> <p><u>Flamenquines</u> Lomos de merluza</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p><u>Puré de puerros</u> Purrusalda</p> <p><u>Empanada de bonito</u> Salmón a la plancha</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><u>Garbanzos con chorizo</u> Coliflor con bechamel</p> <p><u>Abadejo parmesano</u> Salchichas con Puré</p> <p>Fruta de temporada</p>	
J	<p><u>Sopa de cocido</u> Repollo rehogado</p> <p><u>Cocido completo</u> Morcillo con tomate</p> <p>Lácteos variados</p>		<p><u>Lasaña</u> Guisantes con jamón</p> <p><u>Tortilla francesa</u> Trucha a la navarra</p> <p>Lácteos variados</p>	<p><u>Sopa de picadillo</u> Acelgas con atún</p> <p><u>Filete a la riojana</u> Fritura de Pescado</p> <p>Lácteos variados</p>	
V			<p><u>Lentejas</u> Alcachofas con jamón</p> <p><u>Alitas barbacoa</u> Gallo a la plancha</p> <p>Postres variados</p>	<p><u>Paella de pollo</u> Judías v. rehogadas</p> <p><u>Revuelto jamón</u> Merluza a la andaluza</p> <p>Postres variados</p>	

ALÉRGENOS PRINCIPALES



MERIENDAS

SOLO PARA ALUMNOS QUE COMEN EN EL COLEGIO

DE LOS CURSOS DE EDUCACION INFANTIL (2 A 5 AÑOS)

	1ª SEMANA	2ª SEMANA	3ª SEMANA	4ª SEMANA	5ª SEMANA
L	Bocadillo de quesito			Bocadillo de choped	
M	Manzana		Pera	Plátano	
X	Bocadillo de nocilla		Bocadillo de nocilla	Bocadillo de chocolate	
J	Leche con galletas		Leche con galletas	Nesquik con galletas	
V			Bocadillo de foiegras	Bocadillo jamón york	

LAS COMIDAS SUBRAYADAS SON LAS DE LOS ALUMNOS DE E. INFANTIL Y 1º - 2º DE PRIMARIA
PARA ESTOS CURSOS LOS HUEVOS FRITOS SON SUSTITUIDOS POR TORTILLA FRANCESA

LOS SEGUNDOS PLATOS VAN ACOMPAÑADOS DE

PATATAS CHIPS - ENSALADA - PATATAS FRITAS - MENESTRA DE VERDURAS - RUEDAS DE PATATA ARROZ BLANCO
- PATATA ASADA - PURÉ DE PATATA

POSTRES

FRUTA VARIADAS: FRUTA DE TEMPORADA, FRUTAS EN ALMIBAR, GELATINA DE FRUTAS
LÁCTEOS VARIADOS: NATILLAS, FLAN, MOUSSES VARIADOS, TARTAS PROFITEROSLES, ETC...
(SIEMPRE SE PUEDE TOMAR FRUTA DE TEMPORADA)
POSTRES VARIADOS: TODOS LOS ANTERIORES (SIEMPRE HAY FRUTA DE TEMPORADA)



RECOMENDACIONES CENAS ABRIL 2017

Les ofrecemos la siguiente planificación de cenas supervisadas por el equipo de nutricionistas de los laboratorios Elder Analítica, empresa que nos asesora en la elaboración del menú mensual.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7
Crema de Verduras Rape a la Plancha Fruta/yogur/gelatina sabores	Berenjenas Asadas Pechuga de pollo con ensalada Fruta/yogur/gelatina sabores	Sopa de Verduras Caballa a la Plancha Fruta/yogur/gelatina sabores	Revuelto de espinacas Tortilla Francesa Fruta/yogur/gelatina sabores	SEMANA SANTA
10	11	12	13	14
SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA
17	18	19	20	21
SEMANA SANTA	Sopa de Fideos Caballa a la Plancha Fruta/yogur/gelatina sabores	Crema de Champiñones Trasero de Pollo Fruta/yogur/gelatina sabores	Crema de Calabacín Lubina al Horno Fruta/yogur/gelatina sabores	Coliflor Rehogada Huevos Estrellaos Fruta/yogur/gelatina sabores
24	25	26	27	28
Puré de Calabacín Dorada al Horno Fruta/yogur/gelatina sabores	Tortilla Francesa Ensalada Campera Fruta/yogur/gelatina sabores	Puré de patata Filetes de Pavo Fruta/yogur/gelatina sabores	Pisto Manchego Lenguados a la Plancha Fruta/yogur/gelatina sabores	Croquetas caseras Ensalada de atún y tomate Fruta/yogur/gelatina sabores