

# ESTOS SON LOS MENÚS QUE SERVIREMOS A SU HIJO EN EL MES DE ABRIL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Menú revisado por: <b>Elisabet Tovar Charneca</b> Dietista-Nutricionista N° As. 345</p> <p><i>Existe a su disposición información sobre las sustancias causantes de alergias e intolerancias alimentarias, conforme al Reglamento n°1169/2011.</i></p>				
LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz con tomate</li> <li>• Varitas de merluza con ensalada</li> <li>• Fruta del tiempo, melocotón en almíbar</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal: 619 P: 17,6 H: 80,4 L:23,8</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Judías pintas con arroz</li> <li>• San Jacobos con ensalada</li> <li>• Fruta del tiempo, flan al caramelo</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal: 683 P: 28,5 H: 68,4 L: 28,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de calabaza</li> <li>• Albóndigas en salsa con patatas</li> <li>• Fruta del tiempo, gelatina de fresa</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal: 609 P: 23,3 H: 72,4 L: 23,4</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cocido completo: sopa, garbanzos, carne, verdura, tocino y chorizo</li> <li>• Fruta del tiempo, leche frita</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal:705 P: 30,9 H: 89,1 L: 22,1</p>	<p>DIA NO LECTIVO SEGÚN CALENDARIO CAM</p>
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
VACACIONES SEMANA SANTA	VACACIONES SEMANA SANTA	VACACIONES SEMANA SANTA	VACACIONES SEMANA SANTA	VACACIONES SEMANA SANTA
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p>DIA NO LECTIVO SEGÚN CALENDARIO CAM</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Macarrones a la italiana</li> <li>• Salchichas con tomate y patatas</li> <li>• Fruta del tiempo, mousse de chocolate</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal: 716 P: 20,7 H: 82,1 L:32,1</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estofado de lentejas con verduras</li> <li>• Filete de pescado al horno con ensalada</li> <li>• Fruta del tiempo, arroz con leche</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal:632 P: 23,4 H: 75,8 L:23,4</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puré de verduras</li> <li>• Estofado de pavo con patatas</li> <li>• Fruta del tiempo, gelatina de naranja</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal: 605 P: 19,9 H: 69,4 L: 25,4</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Patatas con costillas</li> <li>• Tortilla de jamón con ensalada</li> <li>• Fruta del tiempo, flan al caramelo</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal: 633 P: 24,5 H: 72,6 L:25,4</p>
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz tres delicias</li> <li>• Cinta de lomo con ensalada</li> <li>• Fruta del tiempo, mouse de fresa</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal: 776 P: 31,4 H: 87,2 L: 32,1</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estofado de judías blancas</li> <li>• Filetes rusos con ensalada</li> <li>• Fruta del tiempo, natillas</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal: 704 P: 30,4 H: 78,9 L: 25,6</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espaguetis boloñesa</li> <li>• Filetes de pescado rebozado con ensalada</li> <li>• Fruta del tiempo, cuajada</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal: 698 P: 28,8 H: 82,6 L: 26,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cocido completo: sopa, garbanzos, carne, verdura, tocino y chorizo</li> <li>• Fruta del tiempo, leche frita</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal: 682 P: 30,2 H: 83,4 L: 22,4</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de zanahorias</li> <li>• Pollo asado con patatas</li> <li>• Fruta del tiempo, yogur</li> <li>• Pan, zumo de naranja, leche, colacao</li> </ul> <p>Kcal: 664 P: 25,4 H: 66,9 L: 31,1</p>

Kcal: kilocalorías / P: proteínas / H: hidratos de carbono / L: lípidos

**NOTA:** Primero y segundo plato se pueden repetir. Los niños pequeños pueden disponer de un puré variado diario de verduras, patatas y legumbres en sustitución del primer plato.