

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

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
FIESTA DEL TRABAJO	FIESTA DE LA COMUNIDAD DE MADRID	<ul style="list-style-type: none"> Tallarines con tomate y queso rallado Delicias de merluza con ensalada Fruta del tiempo, melocotón en almíbar Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 732 P:23,1 H: 98,5 L:25,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> Patatas con costillas Cinta de lomo con ensalada Fruta del tiempo, gelatina de fresa Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 761 P:34,9 H: 69,8 L:36,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> Crema de calabacín Albóndigas a la casera con patatas Fruta del tiempo, natillas Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 619 P:26,6 H: 74,3 L:22,1</p>
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
<ul style="list-style-type: none"> Arroz con tomate Croquetas con ensalada Fruta del tiempo, postre cremoso Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 670 P:16 H: 86,2 L:27,5</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ensaladilla rusa Tortilla de jamón con ensalada Fruta del tiempo, arroz con leche Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 612 P:22,1 H: 63,3 L:28,4</p>	<ul style="list-style-type: none"> Espaguetis a la italiana Filete de pescado a la romana con ensalada Fruta del tiempo, flan al caramelo Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 753 P:29,5 H: 95,3 L:26,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> Cocido completo: sopa, garbanzos, carne, verdura, tocino y chorizo Fruta del tiempo, leche frita Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 654 P:28,9 H: 80,1 L:21,5</p>	<ul style="list-style-type: none"> Judías verdes rehogadas Estofado de pavo en salsa Fruta del tiempo, yogur Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 557 P:17,8 H: 74,6 L:18,3</p>
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
<ul style="list-style-type: none"> Macarrones a la boloñesa Empanadillas con ensalada Fruta del tiempo, melocotón en almíbar Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 633 P:17,4 H: 74,7 L:27,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> Lentejas con chorizo Filetes de pescado al horno con ensalada Fruta del tiempo, gelatina de fresa Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 716 P:27,5 H: 77,3 L:30,5</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada campera Filetes rusos con tomate frito Fruta del tiempo, pudding Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 704 P:30,1 H: 77,6 L:28,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> Crema de zanahorias Pollo asado con patatas Fruta del tiempo, arroz con leche Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 612 P:26,9 H: 81,1 L:18,1</p>	<ul style="list-style-type: none"> Patatas con costillas Salchichas con ensalada Fruta del tiempo, helado Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 605 P:18,9 H: 85,5 L:18,9</p>
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
<ul style="list-style-type: none"> Arroz tres delicias Fritura de pescado con ensalada Fruta del tiempo, mouse de fresa Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 709 P:29,1 H: 99,9 L:19,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de pasta San Jacobos con ensalada Fruta del tiempo, tarta de manzana Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 829 P:26,6 H: 93,9 L:35,8</p>	<ul style="list-style-type: none"> Verdura rehogada Albóndigas en salsa con patatas Fruta del tiempo, flan al caramelo Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 671 P:21,2 H: 77,9 L:28</p>	<ul style="list-style-type: none"> Cocido completo: sopa, garbanzos, carne, verdura, tocino y chorizo Fruta del tiempo, leche frita Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 654 P:28,9 H: 80,1 L:21,5</p>	<ul style="list-style-type: none"> Fideuá Carne asada con verduras Fruta del tiempo, gelatina de naranja Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 885 P:51,5 H: 114 L:22,5</p>
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31	JUEVES	VIERNES
<ul style="list-style-type: none"> Crema de calabaza Nuggets de pollo con ensalada Fruta del tiempo, melocotón en almíbar Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 678 P:17,8 H: 67,1 L:35,8</p>	<ul style="list-style-type: none"> Coditos a la boloñesa Filete de pescado a la romana con ensalada Fruta del tiempo, cuajada Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 728 P:32,7 H: 94,4 L:22,5</p>	<ul style="list-style-type: none"> Judías pintas con arroz Tortilla de jamón con ensalada Fruta del tiempo, arroz con leche Pan, zumo de naranja, leche, colacao <p>Kcal: 742 P:31 H: 85,5 L:26,6</p>		<p>Menú revisado por: Elisabet Tovar Charneca Dietista-Nutricionista Nº As. 345</p> <p><i>Existe a su disposición información sobre las sustancias causantes de alergias e intolerancias alimentarias, conforme al Reglamento nº1169/2011.</i></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.