

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Abril 2019

COLEGIO: SANTA CRUZ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	I. Nutricional
1 Pasta con verduras Longaniza al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	2 Lentejas estofadas con arroz Tortilla de patatas con pisto Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	3 Crema de calabacín Pollo asado con judías salteadas Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Patatas y Lácteos	4 Sopa de estrellas Ragout de ternera con salteado de verduras Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	5 Arroz con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con patatas dado Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	6 (**) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	7 (**) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	Kcl: 731 HC: 87 Prot: 32 Lip: 30
8 Sopa de ave San Jacobo con guisantes salteados Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos	9 Crema de verduras Pinchos morunos con aros de cebolla Postre lácteo y pan (*) 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Fruta	10 Garbanzos estofados Escalope de ternera con pisto Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	11 Arroz con pollo Filete de merluza a la plancha con patatas dado Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	12 Fideuá Tortilla de calabacín con menestra de verduras salteadas Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	13 (**) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	14 (**) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	Kcl: 780 HC: 88 Prot: 33 Lip: 35
15 Crema de puerros con jamón Albóndigas de ternera con jardinera de champiñones Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Pescado con Arroz y Lácteos	16 Lentejas estofadas con verduras Revuelto de bacon con pisto Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	17 Macarrones napolitana Palometa al horno con patatas dado Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	18 JUEVES SANTO	19 VIERNES SANTO	20 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	21 (**) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta	Kcl: 794 HC: 92 Prot: 39 Lip: 34
22 PASCUA	23 PASCUA	24 PASCUA	25 PASCUA	26 PASCUA	27 (**) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (*) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	28 (**) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	Kcl: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0
29 SAN VICENTE	30 Arroz tres delicias Longanizas con guisantes salteados Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta			TODOS LOS DÍAS HABRÁ ENSALADA DE ACOMPAÑAMIENTO.			Kcl: 1218 HC: 112 Prot: 47 Lip: 58

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