

C.C. COLEGIO MONTPELLIER

MENÚ ESCOLAR – MAYO 2021 – 4 AÑOS EN ADELANTE

MARTES 4

NO LECTIVO

MIÉRCOLES 5

JUDÍAS VERDES (14)
con jamón
VARITAS DE MERLUZA (1,4)
ENSALADA CON ZANAHORIA
FRUTA

JUEVES 6

ALUBIAS PINTAS (14)
con chorizo
TORTILLA ESPAÑOLA (3)
ENSALADA CON TOMATE
FRUTA

VIERNES 7

CREMA DE VERDURAS (14)
POLLO EN PEPITORIA (1,3,5)
PATATAS FRITAS
NATILLAS (7)

LUNES 10

LENTEJAS ESTOFADAS (14)
con chorizo
HUEVOS VILLARROY (1,2,3,4,6,7,9,10,13,14)
ENSALADA CON MAÍZ
FRUTA

MARTES 11

MENESTRA DE VERDURAS (14)
SALMÓN AL HORNO (4)
PATATAS FRITAS
YOGUR (7)

MIÉRCOLES 12

SOPA DE COCIDO (1,3,14)
COMPLEMENTO DE COCIDO
Repollo, patatas, zanahoria
Garbanzos, ternera, chorizo (14)
FRUTA

JUEVES 13

MACARRONES CON TOMATE (1,3,6,7)
y pavo
PESCADILLA ROMANA (1,3,4,7)
CHAMPIÑÓN AL AJILLO (14)
FRUTA

VIERNES 14

PATATAS GUIADAS (14)
con picadillo
CINTA DE LOMO SAJONIA (6)
ENSALADA CON REMOLACHA
YOGUR (7)

LUNES 17

GUISANTES JAMÓN (14)
ALBÓNDIGAS DE PESCADO (1,2,3,4,7,13)
ENSALADA CON MAÍZ
FRUTA

MARTES 18

CREMA DE PUERROS (14)
POLLO A LA JARDINERA
PATATAS FRITAS
FLAN (7)

MIÉRCOLES 19

ALUBIAS BLANCAS (14)
con chorizo
MERLUZA A LA BILBAÍNA (4)
ENSALADA CON TOMATE
FRUTA

JUEVES 20

SOPA DE PICADILLO (1,3,14)
TORTILLA ESPAÑOLA (3)
MINI EMPANADILLAS (1,2,3,4,6,7,9,10,13,14)
FRUTA

VIERNES 21

GARBANZOS GUIADOS (14)
con verduras
LACÓN A LA GALLEGA
ENSALADA CON REMOLACHA
HELADO (7)

LUNES 24

PATATAS GUIADAS (14)
con verduras
MERLUZA EMPANADA (1,3,4)
ENSALADA CON TOMATE
FRUTA

MARTES 25

LENTEJAS GUIADAS (14)
con jamón
CINTA DE LOMO ADOBADA
ENSALADA DE MAÍZ
YOGUR (7)

MIÉRCOLES 26

BRÓCOLI (14)
POLLO AL AJILLO
PATATAS FRITAS
FRUTA

JUEVES 27

SOPA DE COCIDO (1,3,14)
COMPLEMENTO DE COCIDO (14)
Repollo, patatas, zanahoria
Garbanzos, ternera, chorizo
FRUTA

VIERNES 28

CODITOS A LA ITALIANA (1,3,6,7)
BACALAO AL LIMÓN (4)
ENSALADA CON ACEITUNAS
YOGUR (7)

LUNES 31

MENESTRA DE VERDURAS (14)
SALCHICHAS DE PAVO C/TOMATE (6)
PURÉ DE PATATA (7)
FRUTA

DANDO CUMPLIMIENTO A LA NORMATIVA 1169/2011 AL CONSUMIDOR PASAMOS A INFORMARLES DE LOS 14 ALERGENOS DEL MENÚ DEL COMEDOR CON SUS DISTINTAS LEYENDAS

- | | | | | |
|--------------|---------------------|--------------|---------------|-------------|
| 1-GLUTEN | 4-PESCADO | 7-LECHE | 10-APIO | 13-MOLUSCOS |
| 2-CRUSTACEOS | 5-FRUTOS DE CASCARA | 8-CACAHUETES | 11-SESAMO | 14-SULFITOS |
| 3-HUEVO | 6-SOJA | 9-MOSTAZA | 12-ALTRAMUCES | |



Estimados padres:

Les apuntamos las propiedades nutritivas del menú basal.

		MIÉRCOLES 5		JUEVES 6		VIERNES 7			
		Kilocalorías	641	Kilocalorías	697	Kilocalorías	646		
		Lípidos	28	Lípidos	28	Lípidos	29		
		Proteínas	20	Proteínas	30	Proteínas	14		
		Hidratos carbono	73	Hidratos carbono	71	Hidratos carbono	61		
LUNES 10		MARTES 11		MIÉRCOLES 12		JUEVES 13		VIERNES 14	
Kilocalorías	699	Kilocalorías	587	Kilocalorías	690	Kilocalorías	626	Kilocalorías	631
Lípidos	24	Lípidos	17	Lípidos	19	Lípidos	14	Lípidos	24
Proteínas	26	Proteínas	38	Proteínas	36	Proteínas	32	Proteínas	29
Hidratos carbono	92	Hidratos carbono	64	Hidratos carbono	91	Hidratos carbono	88	Hidratos carbono	74
LUNES 17		MARTES 18		MIÉRCOLES 19		JUEVES 20		VIERNES 21	
Kilocalorías	576	Kilocalorías	584	Kilocalorías	640	Kilocalorías	672	Kilocalorías	579
Lípidos	15	Lípidos	22	Lípidos	21	Lípidos	30	Lípidos	23
Proteínas	29	Proteínas	31	Proteínas	41	Proteínas	22	Proteínas	28
Hidratos carbono	77	Hidratos carbono	64	Hidratos carbono	62	Hidratos carbono	75	Hidratos carbono	65
LUNES 24		MARTES 25		MIÉRCOLES 26		JUEVES 27		VIERNES 28	
Kilocalorías	635	Kilocalorías	601	Kilocalorías	608	Kilocalorías	690	Kilocalorías	592
Lípidos	22	Lípidos	18	Lípidos	23	Lípidos	19	Lípidos	17
Proteínas	28	Proteínas	47	Proteínas	30	Proteínas	36	Proteínas	26
Hidratos carbono	81	Hidratos carbono	72	Hidratos carbono	66	Hidratos carbono	91	Hidratos carbono	81
LUNES 31									
Kilocalorías	706								
Lípidos	23								
Proteínas	23								
Hidratos carbono	94								