COLEGIO SANTA BEATRIZ DE SILVA
MENÚ ABRIL 2024 SIN PESCADO

LUNES 1	***MARTES 2***	***MIÉRCOLES 3***	***JUEVES 4***	***VIERNES 5***
FIESTA ESCOLAR	*Arroz con tomate *Cinta de lomo con ensalada 13 *Lácteos y pan 1,2	*Lentejas estofadas 1,13 *Filete de contramuslo de pollo con ensalada 13 *Fruta y pan 1	*Crema de calabaza, batata y jengibre *Albóndigas caseras en salsa 1,3 *Lácteos y pan 1,2	*Patatas a la marinera 7 *Salchichas frescas de pollo con tomate 2,3,11,12 *Fruta y pan 1
	Kcal: 583	Kcal: 589	Kcal: 521	Kcal: 527
	HC:52%; Lip:17%; Prot:31%	HC:54%; Lip:33 %; Prot:12%	HC:40%; Lip:37%; Prot:23%	HC:40%; Lip:37%; Prot:23%
LUNES 8	***MARTES 9***	***MIÉRCOLES 10***	***JUEVES 11***	***VIERNES 12***
*Coditos con salsa de tomate 1,3 *Filete de pollo con ensalada 13 *Lácteos y pan 1,2	*Sopa de cocido con fideos 1,3,13 *Cocido completo *Fruta y pan 1	*Puré de verduras *Tortilla de patata con ensalada 3,13 *Zumo de frutas y pan 1	*Paella de verduras *Lomo con hierbas provenzales y ensalada 13 *Lácteos y pan 1,2	*Judías verdes con patatas aliñadas *Filete de pollo empanado 1,3 *Fruta y pan 1
Kcal: 528	Kcal: 700	Kcal: 572	Kcal: 580	Kcal: 490
HC:47%; Lip:16%; Prot:37%	HC:46%; Lip:27%; Prot:27%	HC:49; Lip:41%; Prot:10%	HC:44%; Lip:28%; Prot:28%	HC:30%; Lip:30%; Prot:40%
LUNES 15	***MARTES 16***	***MIÉRCOLES 17***	***JUEVES 18***	***VIERNES 19***
*Espaguetis a la carbonara 1,2,3 *Cinta de lomo con ensalada 13 *Lácteos y pan 1,2	*Judías pintas estofadas 13 *Tortilla francesa con ensalada 3,13 *Fruta y pan 1	*Fideuá con mejillones y calamares 1,3,7 *Hamburguesa a la plancha con ensalada 1,3 *Lácteos y pan 1,2	*Crema de calabacín, coliflor y patata *Ragú de pollo con patatas y verduras 1 *Fruta y pan 1	*Sopa de cocido con fideos 1,3,13 *Cocido completo *Fruta y pan 1
Kcal: 579	Kcal:470	Kcal: 660	Kcal: 550	Kcal: 700
HC:51%; Lip:35%; Prot:14%	HC:47%; Lip:33%; Prot:20%	HC:48%; Lip:30%; Prot:22%	HC:51%; Lip:24%; Prot:25%	HC:46%; Lip:27%; Prot:27%
LUNES 22	***MARTES 23***	***MIÉRCOLES 24***	***JUEVES 25***	***VIERNES 26***
*Lentejas estofadas 1,13 *Tortilla de jamón con ensalada 3,13 *Zumo de frutas y pan 1	*Arroz con tomate *Filete de contramuslo de pollo con ensalada 13 *Lácteos y pan 1,2	*Crema de zanahorias y puerros *Cinta de lomo con ensalada 13 *Fruta y pan 1	*Patatas riojana 13 *Tortilla francesa con ensalada 3,13 *Lácteos y pan 1,2	*Sopa de estrellas 1,3 *Pollo en salsa con patatas 1 *Fruta y pan 1
Kcal: 550	Kcal: 560	Kcal: 480	Kcal: 554	Kcal: 510
HC:49%; Lip:30 %; Prot:21%	HC:55% ;Lip:25%; Prot:20%	HC:32%; Lip:38%; Prot:30 %	HC:38%; Lip:44 %; Prot:18%	HC:33%; Lip:27 %; Prot: 40%
LUNES 29	***MARTES 30***			
*Macarrones con queso 1,2,3 *Chuleta de cerdo a la plancha *Fruta y pan 1	*Guisantes salteados con patatas 9,10 *Pollo en salsa con verduras 1 *Lácteos y pan 1,2			
Kcal: 579	Kcal: 587			
HC:51%; Lip:35%; Prot:14%	HC:35%; Lip:35%; Prot:30%			

1. Puede contener/contiene gluten. **2**. Puede contener/contiene leche. **3.** Puede contener/contiene huevo. **4**. Puede contener/contiene pescado. **5.** Puede contener/contiene frutos secos. **6**. Puede contener/contiene granos de sésamo.**7.**Puede contener/contiene moluscos. **8**. Puede contener/contiene altramuces. **9**. Puede contener/contiene apio. **10**. Puede contener/contiene crustáceos. **11**. Puede contener/contiene mostaza. **12**. Puede contener/contiene soja **13** Puede contener/contiene sulfitos. **14**. Puede contener/contiene cacahuetes.