

COLEGIO SANTA BEATRIZ DE SILVA
MENÚ MAYO 2021 SIN HUEVO

| LUNES 3 | MARTES 4 | MIÉRCOLES 5 | JUEVES 6 | VIERNES 7 |
|---|--|---|--|---|
| DÍA FESTIVO | DÍA FESTIVO ESCOLAR | *Judías verdes rehogadas con bacón (12) * Cinta de lomo a la plancha con ensalada (13) *Fruta y pan (1) | *Sopa de cocido con fideos (Sin huevo) (1) *Cocido completo *Fruta y pan (1) | *Paella *Merluza a la plancha con ensalada (4,13) *Lácteos y pan (1,2) |
| | | Kcal: 692 HC::51 %; Lip:31 %; Prot:18 % | Kcal: 727 HC: 56%; Lip:30 %; Prot:19 % | Kcal:717 HC: 51%; Lip: 33%; Prot: 16% |
| LUNES 10 | MARTES 11 | MIÉRCOLES 12 | JUEVES 13 | VIERNES 14 |
| *Espaguetis a la carbonara (Sin huevo) (1,2) *Lomo de sajonia con ensalada (2,12,13) *Lácteos y pan (1,2) | *Puré de verduras con croutons (1) *Albóndigas en salsa (1,2,12,13) *Fruta y pan (1) | *Patatas con ternera *Alitas de pollo con ensalada (13) *Zum de frutas y pan (1) | *Arroz tres delicias (Sin huevo) (2,6,9,10,13) *Marrajo al ajillo con ensalada (4,13) *Lácteos y pan (1,2) | *Judías blancas *Filete de pollo a la plancha con ensalada (2,13) *Fruta y pan (1) |
| Kcal: 706 HC:52%; Lip:29%; Prot:19% | Kcal: 690 HC::50 %; Lip:31 %; Prot:17 % | Kcal:697 HC:49%; Lip:34% ; Prot:17% | Kcal: 727 HC: 56%; Lip:30 %; Prot:19 % | Kcal:703 HC:49%; Lip:34% ; Prot:20% |
| LUNES 17 | MARTES 18 | MIÉRCOLES 19 | JUEVES 20 | VIERNES 21 |
| *Arroz con tomate *Hamburguesas con ensalada (2,12,13) *Lácteos y pan (1,2) | *Lentejas caseras *San Jacobo con ensalada (Sin huevo) (1,2,11,12,13) *Fruta y pan (1) | *Crema de zanahorias y puerro * Cinta de lomo a la plancha con ensalada (13) *Lácteos y pan (1,2) | *Macarrones con queso (Sin huevo) (1,2) *Merluza en salsa (1,4) *Zum de frutas y pan (1) | *Patatas a la marinera (7) *Filete de pollo a la plancha con ensalada (2,13) *Fruta y pan (1) |
| Kcal:689 HC:47%; Lip:33% ; Prot:18% | Kcal:713 HC:48%; Lip:34% ; Prot:18% | kcal: 695 HC:51% ; Lip: 28%; Prot: 13% | kcal: 709 HC: 51%; Lip: 34%; Prot: 14% | Kcal:715 HC: 47%; Lip: 33%; Prot: 15% |
| LUNES 24 | MARTES 25 | MIÉRCOLES 26 | JUEVES 27 | VIERNES 28 |
| *Guisantes con jamón (9,10,13) *Merluza a la plancha con ensalada (4,13) *Fruta y pan (1) | *Sopa de estrellas (Sin huevo) (1) *Ragout en salsa (1) *Lácteos y pan (1,2) | *Paella *Salchichas frescas con tomate (12,13) *Fruta y pan (1) | *Fideuá (Sin huevo) (1) *Hamburguesas con ensalada (2,12,13) *Fruta y pan (1) | *Crema de calabacín *Contramuslo de pollo a la plancha con ensalada (13) *Lácteos y pan (1,2) |
| kcal: 705 HC:47% ; Lip: 36%; Prot: 17% | Kcal:725 HC: 42%; Lip: 33%; Prot: 16% | Kcal:720 HC: 53%; Lip: 34%; Prot: 17% | kcal: 709 HC: 51%; Lip: 34%; Prot: 14% | kcal: 695 HC:54% ; Lip: 30%; Prot: 19% |
| LUNES 31 | | | | |
| *Lentejas caseras *Cazón a la plancha con ensalada (4,13) *Lácteos y pan (1,2) | | | | |
| Kcal:699 HC:48%; Lip:34% ; Prot:18% | | | | |

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 cacahuets.