

COLEGIO SANTA BEATRIZ DE SILVA
MENÚ MAYO 2021 SIN LECHE

| 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 (1,3) *Cocido completo *Fruta y pan (1) | *Paella *Merluza a la romana con ensalada (1,3,4,13) *Fruta y pan (1) |
| | | 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 con tomate (1,3) *Merluza a la plancha con ensalada (4,13) *Fruta y pan (1) | *Puré de verduras con croutons * Cinta de lomo a la plancha con ensalada (13) *Fruta y pan (1) | *Patatas con ternera *Alitas de pollo con ensalada (13) *Zumo de frutas y pan (1) | *Arroz tres delicias (Sin leche) (3,6,9,10,13) *Marrajo al ajillo con ensalada (4,13) *Fruta y pan (1) | *Judías blancas *Tortilla de jamón con ensalada (3,13) *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 *Salchichas frescas con tomate (12,13) *Fruta y pan (1) | *Lentejas caseras *San Jacobo con ensalada (Sin leche) (1,3,11,12,13) *Fruta y pan (1) | *Crema de zanahorias y puerro *Tortilla de patata con ensalada (3,13) *Fruta y pan (1) | *Macarrones con tomate (1,3) *Merluza en salsa (1,4) *Zumo de frutas y pan (1) | *Patatas a la marinera (7) *Filete de pollo a la plancha con ensalada (Sin leche) (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 (1,3) *Ragout en salsa (1) *Fruta y pan (1) | *Paella *Salchichas frescas con tomate (12,13) *Zumo de frutas y pan (1) | *Fideuá (1,3) *Tortilla francesa y ensalada (3,13) *Fruta y pan (1) | *Crema de calabacín *Contramuslo de pollo empanado con ensalada (1,3,13) *Fruta y pan (1) |
| 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 andaluza con ensalada (1,3,4,13) *Fruta y pan (1) | | | | |
| 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.