

COLEGIO SANTA BEATRIZ DE SILVA
MENÚ MAYO 2021

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) *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 (1,2,3) *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) *Zumo de frutas y pan (1)	*Arroz tres delicias (2,3,6,9,10,13) *Marrajo al ajillo con ensalada (4,13) *Lácteos y pan (1,2)	*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 *Hamburguesas con ensalada (2,12,13) *Lácteos y pan (1,2)	*Lentejas caseras *San Jacobo con ensalada (1,2,3,11,12,13) *Fruta y pan (1)	*Crema de zanahorias y puerro *Tortilla de patata con ensalada (3,13) *Lácteos y pan (1,2)	*Macarrones con queso (1,2,3) *Merluza en salsa (1,4) *Zumo de frutas y pan (1)	*Patatas a la marinera (7) *Filete de pollo a la plancha con ensalada (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) *Fritura de pescado con ensalada (1,2,3,4,13) *Fruta y pan (1)	*Sopa de estrellas (1,3) *Ragout en salsa (1) *Lácteos y pan (1,2)	*Paella *Salchichas frescas con tomate (12,13) *Fruta y pan (1)	*Fideuá (1,3) *Tortilla francesa con queso y ensalada (2,3,13) *Fruta y pan (1)	*Crema de calabacín *Contramuslo de pollo empanado con ensalada (1,3,13) *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 andaluza con ensalada (1,3,4,13) *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.