

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Mayo 2024

MONTESSORI

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
		1 FESTIVO 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)	2 Lentejas estofadas con chorizo Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)	3 Arroz a la cubana Rodaja de merluza en salsa con ensalada Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta)	4 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	5 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 4035/965 GT: 37 GS: 9 HC: 122 AZ: 18 PROT: 40 SAL: 2
6 Lentejas estofadas con arroz Tortilla de patatas con ensalada Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)	7 Marmitako de atún con patatas Lomo al ajillo con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)	8 Sopa de cocido Cocido completo Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)	9 Paella marinera Pollo asado con salsa barbacoa Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)	10 Macarrones gratinados Rape a la plancha con patatas dado Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	11 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	12 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	VE: 3258/780 GT: 21 GS: 6 HC: 101 AZ: 24 PROT: 41 SAL: 1
13 Crema de puerros Jamoncitos de pollo en salsa con patatas fritas Yogur y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)	14 Fusillis con boloñesa de chorizo Delicias de bacalao con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)	15 Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga con mayonesa Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)	16 Arroz tres delicias Rape al horno con salsa de tomate Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)	17 Sopa de pollo con fideos Croquetas y empanadillas con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)	18 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	19 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 3257/779 GT: 25 GS: 5 HC: 101 AZ: 23 PROT: 33 SAL: 1
20 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Pechuga de pollo a la milanesa con ensalada Yogur y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Fruta)	21 Garbanzos estofados con verduras Fogonero al horno con patatas asadas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)	22 Crema de calabacín Lomo asado con ensalada Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Huevos con Pasta y Fruta)	23 Lentejas estofadas con verduras Salchichas frescas al horno con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos)	24 Farfalles gratinados con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Merluza a la romana con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)	25 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	26 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 3181/761 GT: 23 GS: 5 HC: 97 AZ: 29 PROT: 39 SAL: 2
27 Salteado de coliflor con patatas Abadejo en salsa con patatas fritas Yogur y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta)	28 Lentejas estofadas con chorizo Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)	29 Macarrones a la boloñesa con atún Pechuga de pollo al limón con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)	30 Garbanzos estofados con verduras Chuleta de Sajonia con ensalada Natillas y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)	31 Paella mixta Delicias de bacalao Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)			VE: 3296/789 GT: 23 GS: 3 HC: 110 AZ: 24 PROT: 45 SAL: 2

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses