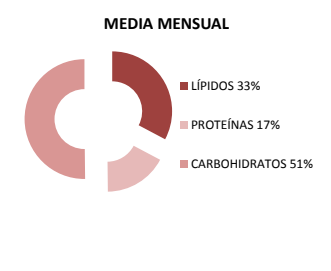


	LUNES 30	MARTES 01	MIÉRCOLES 02	JUEVES 03	VIERNES 04					
PRIMER PLATO			COMUNIDAD DE MADRID 	Lentejas caseras Huevos fritos con jamón Fruta de temporada Pan blanco	Arroz milanesa Merluza en salsa verde con gulsantes Postre lácteo Pan blanco					
SEGUNDO PLATO				Gluten, huevo, lactosa, apio, soja, sesamo, sultifos, cacahuete, frutos secos	Gluten, lactosa, pescado, marisco, crustáceo, apio, sesamo, mostaza, sultifos, soja, cacahuete, frutos secos					
GUARNICIÓN				631,04	620,64					
POSTRE				21,16	17,15					
PAN				29,45	25,16					
ALÉRGICOS	95,17	78,15	78,56	89,15	83,85					
Energía (kcal)										
Lípidos (g)										
Proteínas (g)										
Carbohidrato(g)										
	LUNES 07	MARTES 08	MIÉRCOLES 09	JUEVES 10	VIERNES 11					
PRIMER PLATO	Coditos gratinados Cinta de lomo adobada con ensalada Fruta de temporada Pan blanco	Judías blancas Tortilla de patatas c/tomate aliñado Fruta de temporada Pan blanco	Arroz alcantina Escalope de pollo con zanahoria Postre lácteo Pan blanco	Patatas guisadas Empanadillas y rabas con ensalada Fruta de temporada Pan blanco	Garbanzos estofados Limanda al limón con champiñones Postre lácteo Pan blanco					
SEGUNDO PLATO						Gluten, huevo, lactosa, sesamo, sultifos, soja, cacahuete, frutos secos	Gluten, huevo, apio, sesamo, sultifos, cacahuete, frutos secos	Gluten, huevo, lactosa, pescado, marisco, crustáceo, apio, sesamo, mostaza, sultifos, soja, cacahuete, frutos secos	Gluten, huevo, lactosa, pescado, apio, sesamo, sultifos, soja, cacahuete, frutos secos	
GUARNICIÓN						731,15	684,36	581,40	724,40	552,68
POSTRE						24,19	27,45	19,29	31,16	18,17
PAN						31,26	32,15	31,16	28,19	24,16
ALÉRGICOS	95,17	78,15	69,19	83,16	71,25					
Energía (kcal)										
Lípidos (g)										
Proteínas (g)										
Carbohidrato(g)										
	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18					
PRIMER PLATO	Jornada gastronómica San Isidro Sopa de picadillo Calamares rebozados Croquetas de cocido Rosquillas (Gluten, huevo, lactosa, pescado, molusco, crustáceo, apio, sesamo, sultifos, soja, cacahuete, frutos secos)		Espaguetis con pisto Huevos fritos con ensalada Postre lácteo Pan blanco	Cocido Madrileño completo Fruta de temporada Pan blanco	Arroz con tomate Fish & chips estilo inglés Postre lácteo Pan blanco					
SEGUNDO PLATO						Gluten, huevo, lactosa, sesamo, sultifos, soja, cacahuete, frutos secos	Gluten, huevo, sesamo, sultifos, cacahuete, frutos secos	Gluten, huevo, lactosa, pescado, sesamo, sultifos, cacahuete, frutos secos		
GUARNICIÓN						567,24	626,08	714,24	635,85	
POSTRE						22,13	21,16	29,15	24,15	
PAN						31,26	29,15	28,15	29,52	
ALÉRGICOS	91,16	77,87	85,16	84,73						
Energía (kcal)										
Lípidos (g)										
Proteínas (g)										
Carbohidrato(g)										
	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25					
PRIMER PLATO	Lentejas estofadas Salchichas cocidas con puré de patatas Fruta de temporada Pan blanco	Paella mixta Cordon bleu de pavo con ensalada Fruta de temporada Pan blanco	Macarrones boloñesa Tortilla de jamón con jullana de lechuga Postre lácteo Pan blanco	Crema de calabacín Escalope de ternera y arroz blanco Fruta de temporada Pan blanco	Alubias pintas Merluza al horno con verduras Postre lácteo Pan blanco					
SEGUNDO PLATO						Gluten, lactosa, apio, sesamo, sultifos, soja, cacahuete, frutos secos	Gluten, huevo, lactosa, pescado, marisco, crustáceo, sesamo, sultifos, soja, cacahuete, frutos secos	Gluten, huevo, apio, sesamo, sultifos, soja, cacahuete, frutos secos	Gluten, lactosa, pescado, apio, sesamo, sultifos, cacahuete, frutos secos	
GUARNICIÓN						606,92	671,15	680,32	754,28	674,36
POSTRE						20,17	23,13	31,15	32,17	33,14
PAN						19,32	31,15	27,17	24,15	26,17
ALÉRGICOS	85,16	84,17	73,16	92,42	68,17					
Energía (kcal)										
Lípidos (g)										
Proteínas (g)										
Carbohidrato(g)										
	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01					
PRIMER PLATO	Ensalada de pasta York villaroy con tomate aliñado Fruta de temporada Pan blanco	Garbanzos gulsados Tortilla de patatas con ensalada Fruta de temporada Pan blanco	Sopa de fideos Hamburguesa a la plancha con maíz y zanahoria Postre lácteo Pan blanco	Judías verdes rehogadas Pollo al chillindrón con patatas fritas Fruta de temporada Pan blanco	Arroz tres delicias Tilapia a la andaluza con ensalada Postre lácteo Pan blanco					
SEGUNDO PLATO						Gluten, huevo, lactosa, pescado, sesamo, sultifos, soja, cacahuete, frutos secos	Gluten, huevo, apio, sesamo, sultifos, cacahuete, frutos secos,	Gluten, huevo, lactosa, apio, sesamo, sultifos, soja, cacahuete, frutos secos	Gluten, huevo, lactosa, pescado, crustáceo, apio, sesamo, sultifos, soja, cacahuete, frutos secos	
GUARNICIÓN						643,84	672,48	703,60	622,88	680,40
POSTRE						31,90	27,58	28,12	24,16	22,49
PAN						25,79	26,50	34,15	26,60	28,44
ALÉRGICOS	65,17	78,13	86,15	67,57	91,75					
Energía (kcal)										
Lípidos (g)										
Proteínas (g)										
Carbohidrato(g)										

CONSEJO DE MAYO

Vitaminízate
con zumos naturales
y compotas frutas



*Los menús están sujetos a posibles cambios debidos a las variaciones de las materias primas en mercado.
 *Se emplea aceite de oliva y girasol
 *Postre lácteo de NESTLÉ
 *La comida va acompañada de agua.
 *A disposición de los usuarios tenemos las fichas técnicas de los platos con la relación de alérgenos
 *Las raciones están calculadas para la edad media de 7-12 años
 *Valores de referencia: lípidos 25-35%, proteínas 12-15%, carbohidratos 50-60%

