HOTAZA - MENU ESCOLAR

MAYO 2018

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	DIA 1 FIESTA	**DIA 2** FIESTA	**DIA 3** SOPA DE PICADILLO, FIDEO, JAMÓN SERRANO, YORK Y HUEVO ALBÓNDIGAS DE TERNERA JARDINERA FRUTA - PAN ENERGIA (Kcal.) 602 PROTEINAS (g.) 27 GRASA (g.) 27 H. CARBONO (g.) 61 CENA CREMA DE TOMATE SARDINAS FRITAS FRUTA - PAN	**DIA 4** LENTEJAS CON VERDURAS Y ARROZ CANELONES DE ATÚN CON TOMATE GELATINA DE FRESA - PAN ENERGIA (Kcal.) 842 PROTEINAS (g.) 36 GRASA (g.) 11 H. CARBONO (g.) 149 CENA BERENJENA PLANCHA LENGUADO AL LIMÓN YOGUR - PAN
DIA 7 JORNADAS DE LA COCINA MEDITERRÁNEA PORTUGAL CALDEIRADA VITELA BACALHAU AL ESTILO PORTUGUÉS BOLINHAS DE CREMA CENA SOPA DE VERDURAS FILETES RUSOS FLAN - PAN	**DIA 8** ESPAÑA ENSALADA MEDITERRÁNEA PAELLA VALENCIANA FRESAS CENA GUISANTES SALTEADOS FILETES DE PESCADO ROMANA FRUTA - PAN	**DIA 9** ITALIA ANTIPASTI PIZZA NAPOLITANA GELATO CENA JUDÍAS VERDES FILETE DE POLLO PLANCHA FRUTA - PAN	**DIA 10** FRANCIA LA CASSOULET MERLUZA MEUNIERE QUESO Y COMPOTA DE MANZANA CENA ENSALADA CÉSAR JAMÓN YORK PLANCHA FRUTA - PAN	**DIA 11** MARRUECOS SOPA HARIRA PINCHO MORUNO CON ARROZ Y PASAS SANDÍA CENA CALABACÍN A LA PLANCHA CAZÓN ADOBADO FRUTA - PAN
DIA 14 ARROZ CALDOSO CON POLLO Y GAMBAS BACALAO TEMPURA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ YOGUR - PAN ENERGIA (Kcal.) 649 PROTEINAS (g.) 28 GRASA (g.) 27 H. CARBONO (g.) 73 CENA SOPA DE ESTRELLAS POLLO AL LIMÓN FRUTA - PAN	**DIA 15** JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA DE PATATA, CALABACÍN Y CEBOLLA CON RODAJA DE TOMATE FRUTA - PAN ENERGIA (Kcal.) 660 PROTEINAS (g.) 24 GRASA (g.) 23 H. CARBONO (g.) 88 CENA VERDURAS ASADAS MERO A LA VIZCAÍNA FRUTA - PAN	**DIA 16** CREMA DE ZANAHORIA FILETE DE PESCADILLA ROMANA Y ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA Y LECHE - PAN ENERGIA (Kcal.) 651 PROTEINAS (g.) 25 GRASA (g.) 23 H. CARBONO (g.) 84 CENA GUISANTES CON JAMÓN SAN JACOBO CON ENSALADA YOGUR - PAN	**DIA 17** SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO MADRILEÑO CON GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO Y PATATA FRUTA Y LECHE - PAN INTEGRAL ENERGIA (Kcal.) 672 PROTEINAS (g.) 26 GRASA (g.) 20 H. CARBONO (g.) 97 CENA CHAMPIÑONES REHOGADOS SEPIA A LA PLANCHA FRUTA - PAN	**DIA 18** PATATAS GUISADAS CON VERDURAS CINTA DE LOMO PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA Y HELADO - PAN ENERGIA (Kcal.) 746 PROTEINAS (g.) 20 GRASA (g.) 38 H. CARBONO (g.) 80 CENA ARROZ A LA CUBANA ENSALADA MIXTA FRUTA - PAN
DIA 21 MACARRONES CON CEBOLLA, SALSA DE TOMATE Y QUESO SOLDADITOS DE PAVÍA CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA - PAN ENERGIA (Kcal.) 701 PROTEINAS (g.) 30 GRASA (g.) 22 H. CARBONO (g.) 97 CENA PURÉ DE PUERROS Y PATATAS TORTILLA DE PATATA CON CEBOLLA FRUTA - PAN	**DIA 22** MENESTRA DE VERDURAS ESCALOPE DE LOMO EMPANADO CON PATATAS FRITAS FRUTA - PAN ENERGIA (Kcal.) 839 PROTEINAS (g.) 24 GRASA (g.) 44 H. CARBONO (g.) 88 CENA ARROZ TRES DELICIAS ALITAS DE POLLO A LA BARBACOA FRUTA - PAN	**DIA 23** JUDÍAS PINTAS CON VERDURAS POLLO ESTOFADO CON ARROZ INTEGRAL YOGUR - PAN ENERGIA (Kcal.) 677 PROTEINAS (g.) 36 GRASA (g.) 14 H. CARBONO (g.) 102 CENA SOPA DE FIDEOS MAGRO A LA JARDINERA FRUTA - PAN	**DIA 24** CREMA DE JUDÍAS VERDES, PATATA Y ZANAHORIA FILETE DE MERLUZA ADOBADA CON LECHUGA, TOMATE Y SOJA FRUTA Y LECHE - PAN ENERGIA (Kcal.) 609 PROTEINAS (g.) 24 GRASA (g.) 25 H. CARBONO (g.) 73 CENA ENSALADA DE PASTA JAMÓN COCIDO A LA PLANCHA FRUTA - PAN	**DIA 25** GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURA TORTILLA DE YORK CON PATATAS FRITAS FRUTA Y HELADO - PAN ENERGIA (Kcal.) 749 PROTEINAS (g.) 28 GRASA (g.) 28 H. CARBONO (g.) 96 CENA LOMBARDA CON PATATAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR - PAN
DIA 28 ARROZ CON TOMATE BOUCHONES DE MERLUZA EMPANADOS CON ENSALADA DE LECHUGA FLAN DE VAINILLA - PAN ENERGIA (Kcal.) 689 PROTEINAS (g.) 24 GRASA (g.) 25 H. CARBONO (g.) 92 CENA REPOLLO AL AJO ARRIERO CHULETA DE PAVO A LA PLANCHA FRUTA - PAN	**DIA 29** JUDÍAS VERDES SALTEDAS CON JAMÓN HAMBURGUESA CON TOMATE Y PATATAS FRITAS FRUTA - PAN ENERGIA (Kcal.) 762 PROTEINAS (g.) 26 GRASA (g.) 34 H. CARBONO (g.) 88 CENA ENSALADA CAMPERA TRUCHA AL HORNO FRUTA - PAN	**DIA 30** FIDEUA ALICANTINA, JUDÍA VERDE, CALAMAR Y TOMATE BROCHETA DE POLLO PLANCHA CON ENSALDA DE LECHUGA FRUTA - PAN ENERGIA (Kcal.) 659 PROTEINAS (g.) 35 GRASA (g.) 20 H. CARBONO (g.) 85 CENA CREMA DE CALABAZA BACALAO AL HORNO CON VERDURAS YOGUR - PAN	**DIA 31** CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIAS BONITO CON TOMATE Y PATATAS AL VAPOR FRUTA Y LECHE - PAN ENERGIA (Kcal.) 626 PROTEINAS (g.) 21 GRASA (g.) 28 H. CARBONO (g.) 74 CENA ENSALADA COMPLETA CINTA FRESCA A LA PLANCHA FRUTA - PAN	

El personal de Hotaza pone a su disposición, información relativa a alérgenos. En cumplimiento del Reglamento UE 1169/2011

ESTUDIO COMPARATIVO	ENERGÍA (Kcal.)	PROTEINAS (g.)	GRASA (g.)	H. CARBONO (g.)
Recomendación diaria (U.C.M.)	2000	12-15%	30-35%	50-60%
Recomendación comida - 30-35%	600-700	12-15%	30-35%	50-60%
Aporte menú HOTAZA	696	16%	33%	51%

MAYO

MENÚ SIN GLUTEN

DÍA	MENÚ	CENAS
1	FIESTA	
2	FIESTA	
3	Sopa de picadillo, fideo sin gluten y jamón serrano Albóndigas de ternera jardinera Fruta - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
4	Lentejas con verduras y arroz Atún con tomate Gelatina de fresa - Pan	Berenjena plancha Lenguado al limón Yogur - Pan
7	Caldeirada vitela (Patatas con morcillo) Bacalao a la plancha con pisto Macedonia de frutas	Crema de puerros Ragout de ternera con tomate Fruta-pan
8	Ensalada de lechuga, tomate y aceituna sin hueso Paella valenciana Fresas	Sopa de ave Salchichas frescas encebolladas Fruta-pan
9	Pasta sin gluten salteada con jamón serrano Pizza sin gluten de pavo y queso Helado	Verduras asadas Filete de ternera con patatas Fruta-pan
10	La Casoulet (Judías blancas estofadas) Merluza al horno con patatas fritas Compota de manzana	Champiñones rehogados Chuleta de pavo a la plancha Fruta-pan
11	Sopa con pasta sin gluten Pincho moruno con arroz Sandía	Ensalada mixta Emperador al limón Fruta-pan
14	Arroz caldoso con pollo y gambas Bacalao plancha con ensalada de lechuga, tomate y maiz Yogur - Pan	Sopa de estrellas Pollo al limón Fruta - Pan
15	Judías blancas estofadas Tortilla de patata, calabacín y cebolla con rodaja de tomate Fruta - Pan	Verduras asadas Mero a la vizcaína Fruta - Pan
16	Crema de zanahoria Filete de pescadilla plancha con lechuga y tomate Fruta y leche - Pan	Guisantes con jamón Cinta de lomo con ensalada Yogur - Pan
17	Sopa de cocido con fideos sin gluten Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta y leche - Pan	Champiñones rehogados Sepia a la plancha Fruta - Pan
18	Patatas guisadas con verduras Cinta de lomo fresca plancha con lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Arroz a la cubana Ensalada mixta Fruta - Pan
21	Pasta sin gluten con cebolla y salsa de tomate Bacalao plancha con lechuga y zanahoria Fruta - Pan	Puré de puerros y patatas Tortilla de patata con cebolla Fruta - Pan
22	Menestra de verduras Cinta fresca a la plancha con patatas fritas Fruta - Pan	Arroz tres delicias Alitas de pollo a la barbacoa Fruta - Pan
23	Judías pintas con verduras Pollo estofado con arroz integral Yogur - Pan	Sopa de fideos sin gluten Magro a la jardinera Fruta - Pan
24	Crema de judías verdes, patata y zanahoria Filete de merluza plancha con lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Ensalada de pasta sin gluten Jamón york a la plancha Fruta - Pan
25	Garbanzos estofados con verdura Tortilla francesa con patatas fritas Fruta - Pan	Lombarda con patatas Merluza en salsa verde Yogur - Pan
28	Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga Flan de vainilla - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
29	Judías verdes saltedas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Trucha al horno Fruta - Pan
30	Fideua sin gluten, judía verde y tomate Filete de pollo plancha con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur - Pan
31	Crema de puerros y zanahorias Bonito con tomate y patatas al vapor Fruta y leche - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan

MAYO

MENÚ SIN HUEVO

DÍA	MENÚ	CENAS
1	FIESTA	
2	FIESTA	
3	Sopa de picadillo, fideo sin huevo y jamón serrano Albóndigas de ternera jardinera Fruta - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
4	Lentejas con verduras y arroz Atún con tomate Gelatina de fresa - Pan	Berenjena plancha Lenguado al limón Yogur - Pan
7	Caldeirada vitela (Patatas con morcillo) Bacalao a la plancha con pisto Macedonia de frutas	Crema de puerros Ragout de ternera con tomate Fruta-pan
8	Ensalada de lechuga, tomate y aceituna sin hueso Paella valenciana Fresas	Sopa de ave Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
9	Pasta sin huevo salteada con jamón serrano Pizza sin huevo de pavo y queso Helado	Verduras asadas Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
10	La Casoulet (Judías blancas estofadas) Merluza al horno con patatas fritas Compota de manzana	Champiñones rehogados Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
11	Sopa con pasta sin huevo Pincho moruno con arroz Sandía	Ensalada mixta Emperador al limón Fruta - Pan
14	Arroz caldoso con pollo y gambas Bacalao plancha con ensalada de lechuga, tomate y maiz Yogur - Pan	Sopa de estrellas Pollo al limón Fruta - Pan
15	Judías blancas estofadas Pavo plancha con rodaja de tomate Fruta - Pan	Verduras asadas Mero a la vizcaína Fruta - Pan
16	Crema de zanahoria Filete de pescadilla plancha con lechuga y tomate Fruta y leche - Pan	Guisantes con jamón Cinta de lomo con ensalada Yogur - Pan
17	Sopa de cocido con fideos sin huevo Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta y leche - Pan integral	Champiñones rehogados Sepia a la plancha Fruta - Pan
18	Patatas guisadas con verduras Cinta de lomo fresca plancha con lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Arroz con verduras Ensalada mixta Fruta - Pan
21	Pasta sin huevo con cebolla y salsa de tomate Bacalao plancha con lechuga y zanahoria Fruta - Pan	Puré de puerros y patatas Cinta de lomo plancha con ensalada Fruta - Pan
22	Menestra de verduras Cinta fresca a la plancha con patatas fritas Fruta - Pan	Arroz tres delicias Alitas de pollo a la barbacoa Fruta - Pan
23	Judías pintas con verduras Pollo estofado con arroz integral Yogur - Pan	Sopa de fideos Magro a la jardinera Fruta - Pan
24	Crema de judías verdes, patata y zanahoria Filete de merluza plancha con lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Ensalada de pasta Jamón york a la plancha Fruta - Pan
25	Garbanzos estofados con verdura Filete de ternera con patatas fritas Fruta - Pan	Lombarda con patatas Merluza en salsa verde Yogur - Pan
28	Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga Flan de vainilla - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
29	Judías verdes saltedas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera (sin huevo) Trucha al horno Fruta - Pan
30	Fideua sin huevo, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur - Pan
31	Crema de puerros y zanahorias Bonito con tomate y patatas al vapor Fruta y leche - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan

MAYO

MENU SIN PLV

DÍA	MENÚ	CENAS
1	FIESTA	
2	FIESTA	
3	Sopa de picadillo, fideo y jamón serrano Albóndigas de ternera jardinera Fruta - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
4	Lentejas con verduras y arroz Atún con tomate Gelatina de fresa - Pan	Berenjena plancha Lenguado al limón Yogur de soja - Pan
7	Caldeirada vitela (Patatas con morcillo) Bacalao a la plancha con pisto Macedonia de frutas	Crema de puerros Ragout de ternera con tomate Fruta-pan
8	Ensalada de lechuga, tomate y aceituna sin hueso Paella valenciana Fresas	Sopa de ave Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
9	Pasta salteada con jamón serrano Pizza de tomate y pavo Helado	Verduras asadas Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
10	La Casoulet (Judías blancas estofadas) Merluza al horno con patatas fritas Compota de manzana	Champiñones rehogados Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
11	Sopa con pasta Pincho moruno con arroz Sandía	Ensalada mixta Emperador al limón Fruta - Pan
14	Arroz caldoso con pollo Bacalao plancha con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta - Pan	Sopa de estrellas Pollo al limón Fruta - Pan
15	Judías blancas estofadas Tortilla de patata, calabacín y cebolla con rodaja de tomate Fruta - Pan	Verduras asadas Mero a la vizcaína Fruta - Pan
16	Crema de zanahoria Filete de pescadilla plancha con lechuga y tomate Fruta - Pan	Guisantes con jamón Cinta de lomo con ensalada Yogur de soja - Pan
17	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta - Pan integral	Champiñones rehogados Sepia a la plancha Fruta - Pan
18	Patatas guisadas con verduras Cinta de lomo fresca plancha con lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Arroz a la cubana Ensalada mixta Fruta - Pan
21	Macarrones con cebolla y salsa de tomate Bacalao plancha con lechuga y zanahoria Fruta - Pan	Puré de puerros y patatas Tortilla de patata con cebolla Fruta - Pan
22	Menestra de verduras Cinta fresca a la plancha con patatas fritas Fruta - Pan	Arroz tres delicias Alitas de pollo a la barbacoa Fruta - Pan
23	Judías pintas con verduras Pollo estofado con arroz integral Fruta - Pan	Sopa de fideos Magro a la jardinera Fruta - Pan
24	Crema de judías verdes, patata y zanahoria Filete de merluza plancha con lechuga y tomate Fruta - Pan	Ensalada de pasta Jamón york (sin PLV) a la plancha Fruta - Pan
25	Garbanzos estofados con verdura Tortilla francesa con patatas fritas Fruta - Pan	Lombarda con patatas Merluza en salsa verde Yogur de soja - Pan
28	Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
29	Judías verdes saltedas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Trucha al horno Fruta - Pan
30	Fideua alicantina, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur de soja - Pan
31	Crema de puerros y zanahorias Bonito con tomate y patatas al vapor Fruta - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan

MAYO

MENÚ SIN LACTOSA

DÍA	MENÚ	CENAS
1	FIESTA	
2	FIESTA	
3	Sopa de picadillo, fideo y jamón serrano Albóndigas de ternera jardinera Fruta - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
4	Lentejas con verduras y arroz Atún con tomate Gelatina de fresa - Pan	Berenjena plancha Lenguado al limón Yogur sin lactosa - Pan
7	Caldeirada vitela (Patatas con morcillo) Bacalao a la plancha con pisto Macedonia de frutas	Crema de puerros Ragout de ternera con tomate Fruta-pan
8	Ensalada de lechuga, tomate y aceituna sin hueso Paella valenciana Fresas	Sopa de ave Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
9	Pasta salteada con jamón serrano Pizza de tomate y pavo Helado	Verduras asadas Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
10	La Casoulet (Judías blancas estofadas) Merluza al horno con patatas fritas Compota de manzana	Champiñones rehogados Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
11	Sopa con pasta Pincho moruno con arroz Sandía	Ensalada mixta Emperador al limón Fruta - Pan
14	Arroz caldoso con pollo Bacalao plancha con ensalada de lechuga, tomate y maiz Yogur de soja - Pan	Sopa de estrellas Pollo al limón Fruta - Pan
15	Judías blancas estofadas Tortilla de patata, calabacín y cebolla con rodaja de tomate Fruta - Pan	Verduras asadas Mero a la vizcaína Fruta - Pan
16	Crema de zanahoria Filete de pescadilla plancha con lechuga y tomate Fruta y leche de soja - Pan	Guisantes con jamón Cinta de lomo con ensalada Yogur sin lactosa - Pan
17	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta y leche de soja - Pan integral	Champiñones rehogados Sepia a la plancha Fruta - Pan
18	Patatas guisadas con verduras Cinta de lomo fresca plancha con lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Arroz a la cubana Ensalada mixta Fruta - Pan
21	Macarrones con cebolla y salsa de tomate Bacalao plancha con lechuga y zanahoria Fruta - Pan	Puré de puerros y patatas Tortilla de patata con cebolla Fruta - Pan
22	Menestra de verduras Cinta fresca a la plancha con patatas fritas Fruta - Pan	Arroz tres delicias Alitas de pollo a la barbacoa Fruta - Pan
23	Judías pintas con verduras Pollo estofado con arroz integral Yogur de soja - Pan	Sopa de fideos Magro a la jardinera Fruta - Pan
24	Crema de judías verdes, patata y zanahoria Filete de merluza plancha con lechuga y tomate Fruta y Leche de soja - Pan	Ensalada de pasta Jamón york (sin lactosa) a la plancha Fruta - Pan
25	Garbanzos estofados con verdura Tortilla francesa con patatas fritas Fruta - Pan	Lombarda con patatas Merluza en salsa verde Yogur sin lactosa - Pan
28	Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga Yogur de soja - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
29	Judías verdes saltedas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Trucha al horno Fruta - Pan
30	Fideua alicantina, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur sin lactosa - Pan
31	Crema de puerros y zanahorias Bonito con tomate y patatas al vapor Fruta y leche de soja - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan

MAYO

MENÚ SIN LEGUMBRE

DÍA	MENÚ	CENAS
1	FIESTA	
2	FIESTA	
3	Sopa de picadillo, fideo, jamón serrano, york y huevo Albóndigas de ternera jardinera Fruta - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
4	Arroz blanco con verduras Canelones de atún con tomate Gelatina de fresa - Pan	Berenjena plancha Lenguado al limón Yogur - Pan
7	Caldeirada vitela (Patatas con morcillo) Bacalao a la plancha con pisto Macedonia de frutas	Crema de puerros Ragout de ternera con tomate Fruta-pan
8	Ensalada de lechuga, tomate y aceituna sin hueso Paella valenciana sin guisante Fresas	Sopa de ave Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
9	Pasta salteada con jamón serrano Pizza de pavo y queso Helado	Verduras asadas Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
10	Crema de puerro y patata Merluza al horno con patatas fritas Compota de manzana	Champiñones rehogados Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
11	Sopa con pasta Pincho moruno con arroz Sandía	Ensalada mixta Emperador al limón Fruta - Pan
14	Arroz caldoso con pollo y gambas Bacalao tempura con ensalada de lechuga, tomate y maiz Yogur - Pan	Sopa de estrellas Pollo al limón Fruta - Pan
15	Espaguetis salteados Tortilla de patata, calabacín y cebolla con rodaja de tomate Fruta - Pan	Verduras asadas Mero a la vizcaína Fruta - Pan
16	Crema de zanahoria Filete de pescadilla romana y ensalada de lechuga y tomate Fruta y leche - Pan	Espinacas con jamón San jacobo con ensalada Yogur - Pan
17	Sopa de ave con fideos Morcillo con tomate Fruta y leche - Pan	Champiñones rehogados Sepia a la plancha Fruta - Pan
18	Patatas guisadas con verduras Cinta de lomo plancha con lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Arroz a la cubana Ensalada mixta Fruta - Pan
21	Macarrones con cebolla, salsa de tomate y queso Soldaditos de pavía con lechuga y zanahoria Fruta - Pan	Puré de puerros y patatas Tortilla de patata con cebolla Fruta - Pan
22	Menestra de verduras sin guisante Cinta de lomo a la plancha con patatas fritas Fruta - Pan	Arroz tres delicias (sin guisantes) Alitas de pollo a la barbacoa Fruta - Pan
23	Champiñones rehogados Pollo estofado con arroz integral Yogur - Pan	Sopa de fideos Magro a la jardinera Fruta - Pan
24	Crema de judías verdes, patata y zanahoria Filete de merluza plancha con lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Ensalada de pasta Jamón york a la plancha Fruta - Pan
25	Sopa de ave con pasta Tortilla francesa con patatas fritas Fruta - Pan	Lombarda con patatas Merluza en salsa verde Yogur - Pan
28	Arroz con tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga Flan de vainilla - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
29	Judías verdes saltedas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Trucha al horno Fruta - Pan
30	Fideua alicantina, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur - Pan
31	Crema de puerros y zanahorias Bonito con tomate y patatas al vapor Fruta y leche - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan

MAYO

MENÚ SIN PESCADO

DÍA	MENÚ	CENAS
1	FIESTA	
2	FIESTA	
3	Sopa de picadillo, fideo, jamón serrano, york y huevo Albóndigas de ternera jardinera Fruta - Pan	Crema de tomate Croquetas de jamón con ensalada Fruta - Pan
4	Lentejas con verduras y arroz Pavo a la plancha con tomate Gelatina de fresa - Pan	Berenjena plancha Pollo al horno con verduritas Yogur - Pan
7	Caldeirada vitela (Patatas con morcillo) Cinta de lomo a la plancha con pisto Macedonia de frutas	Crema de puerros Ragout de ternera con tomate Fruta-pan
8	Ensalada de lechuga, tomate y aceituna sin hueso Paella valenciana sin pescado Fresas	Sopa de ave Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
9	Pasta salteada con jamón serrano Pizza de pavo y queso Helado	Verduras asadas Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
10	La Casoulet (Judías blancas estofadas) Tortilla francesa con patatas fritas Compota de manzana	Champiñones rehogados Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
11	Sopa con pasta Pincho moruno con arroz Sandía	Ensalada mixta sin atún Cinta de lomo adobada Fruta - Pan
14	Arroz caldoso con pollo Ternera plancha con ensalada de lechuga, tomate y maiz Yogur - Pan	Sopa de estrellas Pollo al limón Fruta - Pan
15	Judías blancas estofadas Tortilla de patata, calabacín y cebolla con rodaja de tomate Fruta - Pan	Verduras asadas Ternera a la vizcaína Fruta - Pan
16	Crema de zanahoria Filete de pollo plancha con lechuga y tomate Fruta y leche - Pan	Guisantes con jamón San jacobo con ensalada Yogur - Pan
17	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta y leche - Pan	Champiñones rehogados Pechuga de pollo al curry Fruta - Pan
18	Patatas guisadas con verduras Cinta de lomo plancha con lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Arroz a la cubana Ensalada mixta (sin atún) Fruta - Pan
21	Macarrones con cebolla, salsa de tomate y queso Ternera plancha con lechuga y zanahoria Fruta - Pan	Puré de puerros y patatas Tortilla de patata con cebolla Fruta - Pan
22	Menestra de verduras Cinta de lomo a la plancha con patatas fritas Fruta - Pan	Arroz tres delicias Alitas de pollo a la barbacoa Fruta - Pan
23	Judías pintas con verduras Pollo estofado con arroz integral Yogur - Pan	Sopa de fideos Magro a la jardinera Fruta - Pan
24	Crema de judías verdes, patata y zanahoria Pavo a la plancha con lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Ensalada de pasta Jamón york a la plancha Fruta - Pan
25	Garbanzos estofados con verdura Tortilla francesa con patatas fritas Fruta - Pan	Lombarda con patatas Pollo al chilindrón Yogur - Pan
28	Arroz con tomate Escalope de pollo con ensalada de lechuga Flan de vainilla - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
29	Judías verdes saltedas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Salchichas al horno con ensalada Fruta - Pan
30	Fideua alicantina, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Ternera al horno con verduras Yogur - Pan
31	Crema de puerros y zanahorias Ternera guisada con tomate y patatas al vapor Fruta y leche - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan