

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Mayo 2021

COLEGIO: SAN BERNARDO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>3</p> <p>Crema de verduras Buñuelos de bacalao con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>4</p> <p>Garbanzos estofados Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>5</p> <p>Espaguetis con salsa de tomate Verduras salteadas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>6</p> <p>Sopa de estrellas Jamoncitos de pollo al ajillo con patatas dado Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>7</p> <p>Patatas estofadas con carne Ensalada mixta Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>8</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>9</p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>VE: 2989/715 GT: 22 GS: 2 HC: 108 AZ: 26 PROT: 25 SAL: 3</p>
<p>10</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza al horno con menestra de verduras salteadas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>	<p>11</p> <p>Arroz con salsa de tomate Salchichas al horno con patatas dado Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>12</p> <p>Crema de calabacín Albóndigas a la jardinera Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>13</p> <p>Sopa de fideos Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p>	<p>14</p> <p>Judías verdes con patatas Lomo adobado con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>15</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>16</p> <p>1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 2998/717 GT: 24 GS: 5 HC: 100 AZ: 27 PROT: 29 SAL: 3</p>
<p>17</p> <p>Paella de verduras Hamburguesa al horno con ensalada de tomate Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>18</p> <p>Cocido de garbanzos Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>19</p> <p>Sopa de estrellas Jamoncitos de pollo al ajillo con patatas dado Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>20</p> <p>Macarrones con salsa de tomate Croquetas de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>21</p> <p>Crema de calabaza Filete de merluza con guisantes salteados Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>22</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>23</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3038/727 GT: 23 GS: 4 HC: 101 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 3</p>
<p>24</p> <p>Espaguetis con salsa de tomate Pollo empanado con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta</p>	<p>25</p> <p>Crema de verduras Magro en salsa con tomate aliñado Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>26</p> <p>Arroz a la milanesa Filete de merluza en salsa verde con champiñones Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>27</p> <p>Sopa de fideos Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>28</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo San Marino (merluza, jamón york y queso) con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>29</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>30</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>	<p>VE: 2943/704 GT: 17 GS: 2 HC: 112 AZ: 27 PROT: 30 SAL: 3</p>
<p>31</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa de zanahoria con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>							<p>VE: 3223/771 GT: 16 GS: 2 HC: 124 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 4</p>

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