

MES: Mayo 2019

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

FESTIVO

2

Sopa de fideos
Jamoncitos de pollo al ajillo con
judías verdes salteadas
Fruta y pan
Kcal:676 Hc:62 Pro:47 Lip:14

3

Espaguetis con salsa de tomate
Filete de merluza al horno con
zanahorias baby
Yogur y pan
Kcal:629 Hc:80 Pro:28 Lip:24

6

Crema de verduras (patata,
calabacín, zanahoria, cebolla,
puerro)
Bacalao al horno con patatas
fritas
Fruta y pan
Kcal:671 Hc:74 Pro:40 Lip:27

7

Macarrones pomodoro
**Pechuga de pollo a la plancha
con ensalada de lechuga y
maíz**
Yogur y pan
Kcal:752 Hc:68 Pro:36 Lip:37

8

FERIA DE SEVILLA

9

FERIA DE SEVILLA

10

FERIA DE SEVILLA

13

Arroz con salsa de tomate
Salchichas con ensalada de
lechuga y zanahoria
Fruta y pan
Kcal:645 Hc:94 Pro:15 Lip:21

14

Potaje de garbanzos (zanahoria,
judías verdes, patata)
San Marino (merluza, jamón york
y queso) con zanahorias baby
Yogur y pan
Kcal:646 Hc:77 Pro:27 Lip:34

15

Gazpacho (tomate, pimiento,
pan, pepino, ajo)
Tortilla de patatas con ensalada
tricolor (lechuga, zanahoria y
maíz)
Fruta en almíbar y pan
Kcal:546 Hc:75 Pro:19 Lip:16

16

Sopa de lluvia
Albóndigas en salsa con patatas
fritas
Fruta y pan
Kcal:687 Hc:73 Pro:20 Lip:20

17

Coditos gratinados
Abadejo en salsa con judías
verdes salteadas
Yogur y pan
Kcal:786 Hc:79 Pro:40 Lip:26

20

Patatas aliñadas
Tortilla francesa con ensalada
tricolor (lechuga, zanahoria y
maíz)
Fruta y pan
Kcal:520 Hc:72 Pro:22 Lip:20

21

Sopa de cocido
Jamoncitos de pollo al limón con
zanahorias baby
Yogur y pan
Kcal:609 Hc:46 Pro:37 Lip:32

22

Salmorejo
Filete de merluza a la romana
con judías verdes salteadas
Fruta en almíbar y pan
Kcal:724 Hc:62 Pro:30 Lip:26

23

Tallarines con salsa de tomate
Hamburguesa al horno con
patatas fritas
Fruta y pan
Kcal:681 Hc:101 Pro:21 Lip:24

24

Arroz milanese (sofrito: tomate,
cebolla, pimiento; guisantes,
zanahoria, judía verde, frankfurt)
Lomo a la plancha con ensalada
de lechuga y maíz
Yogur y pan
Kcal:842 Hc:81 Pro:41 Lip:47

27

Lentejas con verduras
(zanahoria, pimiento, cebolla,
patata)
Tortilla de patatas con ensalada
tricolor (lechuga, zanahoria y
maíz)
Fruta y pan
Kcal:649 Hc:89 Pro:16 Lip:28

28

Macarrones con salsa de tomate
**Abadejo en salsa verde con
ensalada de lechuga y maíz**
Yogur y pan
Kcal:777 Hc:88 Pro:44 Lip:38

29

Gazpacho (tomate, pimiento,
pan, pepino, ajo)
Jamoncitos de pollo al horno con
patatas fritas
Fruta en almíbar y pan
Kcal:709 Hc:64 Pro:33 Lip:33

30

Sopa de fideos
Carne mechada con zanahorias
baby
Fruta y pan
Kcal:571 Hc:66 Pro:29 Lip:23

31

Cascote (alubia, garbanzo,
patata, calabaza, morcilla, judías
verdes)
Filete de merluza al horno con
menestra de verduras salteadas
Yogur y pan
Kcal:621 Hc:70 Pro:30 Lip:28