

	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
1º PLATO	Puchero de fideos con zanahoria	Potaje de chicharos con zanahoria, calabacín y patata	Fideua de verduras, pescado y marisco (merluza, calamar y gambas)	FESTIVO	Judías verdes con huevo revuelto y trocitos de jamón serrano
ALERGENOS	GLUTEN	-	GLUTEN PESCADO CRUSTACEOS MOLUSCO		HUEVO
2º PLATO	Tortilla de patatas Ensalada: lechuga, tomate y queso fresco	Rosada a la plancha + Ensalada 2: tomate natural picado y aliñado	Pinchitos de pollo a la plancha con champiñones + Ensalada 1: lechuga iceberg picada y aliñada		Filetes pollo en salsa de verduras con patatas fritas Ensalada 3: Lechuga, tomate y maíz
ALERGENOS	HUEVO LECHE	PESCADO	-		GLUTEN
POSTRE	Manzana	Yogur	Melocotón		Plátano
ALERGENOS	GLUTEN	GLUTEN LECHE	GLUTEN		GLUTEN

	LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
1º PLATO	Arroz en salsa de tomate frito y guisantes	Cocido con garbanzos, zanahoria y judías verdes	Estofado de ternera	Macarrones con salsa de tomate, ajo, cebolla y carne picada de pollo y ternera	Sopa de garbanzos y arroz, judías verdes y zanahoria
ALERGENOS	-	-	-	GLUTEN	-
2º PLATO	Pavo en salsa de verduras con champiñones Ensalada 1: lechuga iceberg picada y aliñada	Cazón en adobo + Ensalada 2: tomate natural picado y aliñado	Tortilla de espinacas + Ensalada 5: Lechuga, tomate, maíz, zanahoria rallada y atún	Pez espada a la plancha + Ensalada 5: Lechuga, tomate, maíz, zanahoria rallada y atún	Albóndigas de pollo y ternera en salsa de verduras con patatas fritas
ALERGENOS	GLUTEN	PESCADO LECHE	HUEVO PESCADO	PESCADO	HUEVO GLUTEN
POSTRE	Manzana	Yogur	Melocotón	Pera	Plátano
P/L/HdC (En g)	32/32/54/625/7	30/32/53/622,5/11	35/27/57/651/5	31/30/65/647/12	19/27/82,5/642/12

MENÚ ESCOLAR CEIP MAESTRA ÁNGELES CUESTA

Mayo/Junio-2018

	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
1° PLATO	Sopa de pasta y verduras (judías verdes, zanahoria, apio, puerro, nabo, etc)	Lentejas guisadas con berenjena, calabacín y zanahoria	Patatas con choco al horno, zanahorias y alcachofas	Arroz con trocitos de pechuga de pavo, guisantes y zanahoria	Judías verdes con huevo revuelto y trocitos de jamón serrano
2° PLATO	Tortilla de patata con una loncha de pechuga de pavo + Ensalada 2: tomate natural picado y aliñado	Croquetas caseras de cocido + Ensalada 3: Lechuga, tomate y maíz	Churrasquito de pollo + Ensalada 6: Lechuga, tomate, maíz, zanahoria rallada, atún y aceitunas	Rosada a la plancha + Ensalada 1: lechuga iceberg picada y aliñada	Filetes de pollo a la plancha con champiñones y zanahoria + Patatas fritas
ALERGENOS	HUEVO	HUEVO LECHE PESCADO	PESCADO	PESCADO	-
POSTRE	Manzana	Yogur	Melocotón	Pera	Plátano
P/L/HdC/kcal/fibra	22/17/18/636/6,5	28/31/65/610/8	31/20/79/601/9,2	34/28/87/629/10	32/39/60/635/4
	LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15

	LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
1° PLATO	Arroz con gambas hervidas	Potaje de chicharos con zanahoria y calabacín	Macarrones con salsa de tomate frito, ajo y cebolla y carne picada de pollo y ternera	Sopa de garbanzos y arroz, judías verdes, zanahoria y patata	MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO
2° PLATO	CRUSTÁCEOS	-	-	-	
ALERGENOS	Pinchitos de pollo a la plancha + Ensalada 1: lechuga iceberg picada y aliñada	Cazón en adobo + Tomate picado y aliñado	Tortilla de espinacas + Ensalada 2: tomate natural picado y aliñado	Pavo en salsa de verduras con champiñones + Ensalada 2: lechuga y tomate	-
POSTRE	CRUSTÁCEOS GLUTEN	PESCADO GLUTEN LECHE	HUEVO GLUTEN	PESCADO GLUTEN	GLUTEN
P/L/HdC/kcal/fibra	Manzana 35/28/60/650/8	Yogur 29/30/59/650/6,5	Melocotón 28/25/64/594/7	Pera 33/23/70/615/9	

