

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Mayo 2021

COLEGIO: SANTA CATALINA LABOURE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>3</p> <p>NO LECTIVO</p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos (* 1º Vegetable 2º Egg with Pasta and Dairy</p>	<p>4</p> <p>NO LECTIVO</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Rice and Fruit</p>	<p>5</p> <p>Sopa de cocido con pasta Salchichas frescas con salsa de tomate Fruta de temporada y pan "Cocido" soup with pasta Sausages with tomato sauce Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>6</p> <p>Menestra de verduras salteadas Pollo asado con ensalada de lechuga Yogur natural y pan Sautéed minestrone Grilled chicken with lettuce Plain yoghurt and bread (* 1º Pasta 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p>	<p>7</p> <p>Crema de espinacas Pasta a la carbonara Fruta de temporada y pan Spinach cream Pasta in carbonara sauce Seasonal Fruit and bread (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>8</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>9</p> <p>1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>VE: 2704/647 GT: 23 GS: 6 HC: 76 AZ: 16 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>10</p> <p>Salteado de acelgas, patatas y zanahorias Estofado a la jardinera Fruta de temporada y pan Sautéed chard, potatoes and carrots Vegetables stew Seasonal Fruit and bread (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>11</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Gratén de huevos con bechamel Fruta de temporada y pan Stewed lentils Eggs au gratin with white sauce Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>12</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan Rice with tomato sauce Chicken breast with lettuce & carrot Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>13</p> <p>Salteado de guisantes con jamón Filete de merluza al horno con pimientos Helado y pan Sautéed peas with ham Baked hake with peppers Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>14</p> <p>Puré de verduras Coditos con boloñesa de ternera Fruta de temporada y pan Vegetables purée Pasta with beef bolognese Seasonal Fruit and bread (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>15</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Pasta 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>16</p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>VE: 2884/690 GT: 16 GS: 4 HC: 101 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 3</p>
<p>17</p> <p>Judías verdes con patatas al ajillo Lomo en salsa con puré de manzana Yogur natural y pan Green beans with potatoes in garlic Loin in sauce with apple purée Plain yoghurt and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>18</p> <p>Arroz tres delicias Bacalao al horno con pimientos verdes Fruta de temporada y pan Three jewel rice Baked cod with green peppers Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>19</p> <p>Sopa de ave con estrellitas Magro en salsa con panaché de verduras Fruta de temporada y pan Chicken soup with pasta Lean pork in sauce with boiled vegetables Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>20</p> <p>Bois blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata) Merluza en salsa verde con guisantes Fruta de temporada y pan Stewed white beans with vegetables Hake in parsley sauce with peas Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>21</p> <p>Puré de zanahoria y calabacín natural Contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan Carrots & zucchini purée Baked chicken with lettuce & carrot Seasonal Fruit and bread (* 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>22</p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta</p>	<p>23</p> <p>1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Potatoes 2º Egg with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>VE: 2674/640 GT: 15 GS: 2 HC: 92 AZ: 21 PROT: 38 SAL: 3</p>
<p>24</p> <p>Menestra de verduras (patata, guisantes, judía verde, zanahoria) Lomo a la plancha con champiñones salteados Fruta de temporada y pan Vegetable stew (potato, peas, green bean, carrot) Grilled tenderloin with sautéed mushrooms Seasonal Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>25</p> <p>Garbanzos estofados con verduras con arroz integral Filete de merluza a la plancha con salsa de pimientos Helado y pan Chickpeas stewed with vegetables with brown rice Grilled hake with pepper sauce Ice cream and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>26</p> <p>Patatas guisadas Hamburguesa al horno con ensalada Fruta de temporada y pan Stewed potatoes Baked hamburger with salad Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p>	<p>27</p> <p>Crema de calabacín Pollo asado al limón con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur de sabores y pan Zucchini cream Roasted lemon chicken with green salad with olives Flavored yoghurt and bread (* 1º Legumbres 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p>28</p> <p>Espaguetis con salsa de tomate Filete de gallo a la romana Fruta de temporada y pan Spaghetti with tomato sauce Battered & fried four-spot megrim Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>29</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>30</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Dairy 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 2744/657 GT: 16 GS: 4 HC: 92 AZ: 23 PROT: 38 SAL: 3</p>
<p>31</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza al horno con patatas panaderas Fruta de temporada y pan Stewed lentils Baked hake with roasted potatoes Seasonal Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>							<p>VE: 3443/824 GT: 17 GS: 3 HC: 123 AZ: 26 PROT: 47 SAL: 4</p>

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES