

CEIP - ABRIL 2023

Todas las comidas se acompañarán de pan blanco o integral y agua. En la elaboración de los menús se utiliza legumbres y pastas de producción ecológica y aceite de oliva.

VACACIONES

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7 - Día de la Salud
10	11	12	13	14
 <p>Arroz blanco con tomate</p> <p>Croquetones de jamón (1,2,3,4,7,8,10,14) con ens. Maíz y zanahoria rallada</p> <p>Fruta en almíbar o en su jugo</p> <p>kcal 740 Líp 24,7 Prot 26,1 HdC 103</p>	<p>Patatas a la marinera (2,4,12,14)</p> <p>Huevos revueltos con loncha de queso (3,7)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p> <p>kcal 652 Líp 20,1 Prot 30,5 HdC 87</p>	<p>Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)</p> <p>Complemento del cocido: garbanzos ECO, repollo, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>kcal 701 Líp 19,5 Prot 25,8 HdC 106</p>	<p>Puré de verduras y hortalizas (12)</p> <p>Lomitos de rape a la Andaluza c/ensada de tomate con AOVE y orégano (1,4)</p> <p>Lácteo (7)</p> <p>kcal 743 Líp 31,8 Prot 44,5 HdC 70</p>	
17 - Día de los murciélagos	18	19 - Día mundial del plátano y la bicicleta	20	21
<p>Guisantes salteados con cebollita, ajo y aceite de oliva</p> <p>Lacón a la gallega (12)</p> <p>Fruta de temporada y leche (7)</p> <p>kcal 768 Líp 41,7 Prot 34,3 HdC 64</p>	<p>Espaguetis integrales al ajo y perejil (1,3,6,10)</p> <p>Bacalao con pisto (calabacín, berenjena, tomate, cebolla y pimientos) (4)</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>kcal 753 Líp 29,3 Prot 22,6 HdC 100</p>	<p>Judías pintas con chorizo</p> <p>Tortilla española con ens. Lechuga y tomate (3)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p> <p>kcal 663 Líp 21,8 Prot 24,2 HdC 92</p>	<p>Crema de calabaza y zanahoria (12)</p> <p>Pollo al ajillo c/arroz al estilo pilaf con cebolla y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>kcal 730 Líp 32,0 Prot 33,3 HdC 77</p>	<p>Sopa casera de picadillo (1,3,6,10)</p> <p>Sepia rebozada con ensalda de tomate y orégano (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)</p> <p>Lácteo (7)</p> <p>kcal 700 Líp 35,7 Prot 37,5 HdC 57</p>
24	25	26 - Jornada Gastronómica de Oriente Medio	27	28
<p>Lentejas ECO guisadas a la hortelana (12)</p> <p>Tortilla de york de pavo con ens. De lechuga y maíz (3,6)</p> <p>Fruta de temporada y leche (7)</p> <p>kcal 744 Líp 30,2 Prot 27,8 HdC 90</p>	<p>Paella mixta de verduritas y pollo</p> <p>Medallones de merluza en salsa verde con guisantes (4)</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>kcal 750 Líp 22,7 Prot 33,1 HdC 103</p>	<p>Hamin de verduras y judías blancas ECO</p> <p>Schnitzel de pavo con ens. israelí (tomate, pepino, pimiento, cebolla, perejil, zumo de limón y AOVE) (7)</p> <p>Fruta de temporada y pan integral</p> <p>kcal 826 Líp 39,4 Prot 47,8 HdC 70</p>	<p>Patatas a la Riojana (12)</p> <p>Filetes de caballa con salsa de tomate casera (4)</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>kcal 793 Líp 28,6 Prot 46,3 HdC 88</p>	<p>Panaché de verduras rehogadas</p> <p>Albóndigas de ternera al azafrán con patatitas a cuadro (6,12)</p> <p>Lácteo (7)</p> <p>kcal 667 Líp 27,0 Prot 43,9 HdC 62</p>

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, plátano.

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos Secos	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos



Productos Ecológicos



Pescados sostenibles



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



Productos Integrales



GASTRONOMÍA LOCAL



Productos con DOP



grupo_servicatering

