

Mayo 2024

Colegio San Ignacio de Loyola

	LUNES				MARTES				MIÉRCOLES 1				JUEVES 2				VIERNES 3			
									FESTIVO				Crema de calabaza				Potaje de judías			
													Tortilla de papas				Pescado			
													Jamón				Arroz blanco			
													Postre lácteo				Fruta natural			
V. N .													501,0				29,0 19,0 41,0 462,0 15,0 17,0 67,0			
Propuesta Cenas													Verduras + Carne + Fruta				Verdura + Ave + Fruta			
	LUNES 6				MARTES 7				MIÉRCOLES 8				JUEVES 9				VIERNES 10			
	Crema de verduras				Potaje de lentejas				Potaje de verduras				Crema de zanahorias				Potaje de espinacas			
	Albóndigas en salsa				Cinta de lomo a la casera				Churros de pescado				Fingers				Macarrones carbonara			
	Arroz				Papas				Ensalada y ali oli				Tomate aliñado							
	Postre lácteo				Fruta natural				Fruta natural				Postre lácteo				Fruta natural			
V. N .	746,0				48,0 17,0 63,0 588,0				19,0 38,0 64,0 482,0				32,0 23,0 24,0 603,0				30,0 35,0 48,0 633,0 29,0 20,0 63,0			
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Fruta				Arroz + Huevo + Fruta				Patata + Carne + Fruta				Legumbre + Pescado + Fruta				Verdura + Carne + Fruta			
	LUNES 13				MARTES 14				MIÉRCOLES 15				JUEVES 16				VIERNES 17			
	Potaje de verduras				Potaje de judías				Crema de calabaza				Sopa de estrellas				Crema de calabacín			
	Papas con huevo duro y atún				Muslitos de pollo al ajillo				Pescado empanado				Tortilla paisana				Pizza			
					Arroz				Ensalada				Tomate aliñado							
	Postre lácteo				Fruta natural				Fruta natural				Postre lácteo				Fruta natural			
V. N .	443,0				23,0 18,0 40,0 576,0				18,0 37,0 67,0 453,0				25,0 17,0 39,0 518,0				28,0 23,0 45,0 487,0 19,0 19,0 58,0			
Propuesta Cenas	Verdura + Carne + Fruta				Verdura + Pescado + fruta				Legumbre + Huevo + Fruta				Verdura + Pescado + Fruta				Verdura + Ave + Fruta			
	LUNES 20				MARTES 21				MIÉRCOLES 22				JUEVES 23				VIERNES 24			
	Potaje de verduras				Crema de zanahorias				Ensalada de pasta con mayonesa o vinagreta				Potaje de lentejas				Crema de calabacín			
	Arroz tres delicias con salsa agridulce y rollitos de primavera				Tortilla de papas				Cinta de cerdo				Fingers de pollo				Tacos de pescado			
					Jamón				Verduritas salteadas				Huevos revueltos con champiñones				Papas			
	Postre lácteo				Fruta natural				Fruta natural				Postre lácteo				Fruta natural			
V. N .	604,0				19,0 19,0 92,0 441,0				25,0 16,0 38,0 637,0				29,0 40,0 53,0 752,0				32,0 48,0 66,0 449,0 24,0 23,0 35,0			
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Fruta				Arroz + Carne + Lácteo				Legumbre + Pescado + Fruta				Verdura + Huevo + Fruta				Patata + Ave + Fruta			
	LUNES 27				MARTES 28				MIÉRCOLES 29				JUEVES 30				VIERNES 31			
	Potaje de verduras				Potaje de berros				FESTIVO				FESTIVO				FESTIVO			
	Macarrones boloñesa				Paella de pescado															
	Verduras salteadas																			
	Postre lácteo				Fruta natural															
V. N .	408,0				17,0 14,0 50,0 535,0				14,0 25,0 73,0											
Propuesta Cenas	Verduras + Pescado + Fruta				Legumbre + Carne + Fruta															

(Todos los alimentos que se sirven se elaboran diariamente en nuestra cocina por personal del Colegio)

El pescado que se sirve es fogueño, lenguado y merluza

VALORACIÓN NUTRICIONAL (V.N.): Energía / Lípidos / Proteínas / Hidratos Carbono

EL PAN DIARIO PODRÁ SER BLANCO E INTEGRAL

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

mediterránea