

	LUNES 01/05/23	MARTES 02/05/23	MIÉRCOLES 03/05/23	JUEVES 04/05/23
DESAYUNO		Bocadillo: Atún con tomate	Bocadillo: Tortilla francesa	Bocadillo: Salchichas
1ª SEMANA	FESTIVO	Salteado de champiñones con huevo. Contiene: champiñón, aceite de oliva, ajo, jamón) Contiene: huevo y sulfitos . Marrajo a la plancha Contiene: Pescado Fruta/lácteos, pan y agua Contiene: Gluten .	Judías blancas estofadas con verduras y chorizo Contiene: Legumbres Salmón a la plancha acompañado de patatas fritas. Contiene: Pescado, sulfitos y soja Fruta, pan integral y agua Contiene: Gluten	Espaguetis a la carbonara Contiene: Gluten, huevo, lactosa . Empanadillas de pisto con ensalada Contiene: Gluten, sulfitos. Fruta, pan y agua Contiene: Gluten
MERIENDA		Zumo de Fruta	Bocadillo: Fruta	Lácteos/Zumo de Frutas
V.N.		535,0 72,5 5,8 47,0	857,0 104,5 20,8 53,0	1.302,0 148,5 64,5 31,0
	LUNES 08/05/23	MARTES 09/05/23	MIÉRCOLES 10/05/23	JUEVES 11/05/23
DESAYUNO	Bocadillo: Lomo a la plancha	Bocadillo: Atún con tomate	Bocadillo: Bacon	Bocadillo: Salchichas
2ª SEMANA	Tortilla de patatas Contiene: Gluten, huevo , aceite de oliva y cebolla. Pechuga de pollo a la plancha con ensalada. Contiene: tomate y lechuga Fruta, pan y agua Contiene: Gluten	Sopa de cocido con fideos Contiene: Gluten y sulfitos Garbanzos con verdura y carne Contiene: Legumbres , jamón, gallina, ternera, judías verdes, patata y zanahoria. Fruta/lácteos, pan y agua Contiene: Gluten	Guisantes hervidos y salteados con jamón y ajo Contiene: Legumbres, sulfitos , aceite de oliva, ajo. Salchichas de cerdos cocidas y a la plancha acompañada de patatas fritas. Contiene: Carne de cerdo, sulfitos, aceite de oliva, patatas y gluten Fruta, pan integral y agua Contiene: Gluten	Fideua con sepia y calamares. Contiene: Pasta, gluten , aceite de oliva, cebolla, ajo, pimiento verde, pimiento rojo, zanahorias, tomate, judías verdes) Fruta, pan y agua Contiene: Gluten
MERIENDA	Bocadillo	Zumo de Fruta	Bocadillo: Fruta	Lácteos/Zumo de Frutas
V.N.	777,0 93,3 28,6 49,0	767,2 102,6 25,4 29,0	1.226,0 110,1 70,4 47,3	553,0 98,8 9,2 18,0
	LUNES 15/05/23	MARTES 16/05/23	MIÉRCOLES 17/05/23	JUEVES 18/05/23
DESAYUNO	Bocadillo: Tortilla francesa	Bocadillo: Queso	Bocadillo: Bacon	Bocadillo: Salchichas
3ª SEMANA	Macarrones con tomate frito, berenjena y queso Contiene: Pasta, gluten , tomate, aceite de oliva, cebolla, laurel, apio, carne de cerdo, sulfitos y lactosa) Marrajo a la plancha con menestra. Contiene: Pescado azul, aceite de oliva y verduras (zanahoria, coliflor, guisantes). Fruta, pan y agua Contiene: Gluten	Lentejas estofadas con verduras. Contiene: Legumbres , patata, tomate, cebolla, pimiento rojo, zanahoria, chorizo, aceite de oliva, sulfitos y gluten) Merluza a la plancha acompañadas de ensalada Contiene: Pollo, patatas, gluten y sulfitos . Fruta/lácteos, pan y agua Contiene: Gluten y leche	Paella con pollo y verduras. Contiene: Arroz, carne de pollo, aceite de oliva, cebolla, tomate, ajo, judías, pimiento rojo, pimiento verde, zanahoria, gluten) Fruta, pan integral y agua Contiene: Gluten	Judías verdes cocidas rehogadas con jamón serrano. Contiene: Judías verdes, aceite de oliva, ajo, cebolla, gluten y jamón serrano. Pechugas a la plancha con ensalada. Contiene: Carne de pollo, tomate, lechuga, aceite de oliva, cebolla. Fruta, yogur, pan y agua Contiene: Gluten
MERIENDA	Bocadillo	Zumo de Fruta	Bocadillo: Fruta	Lácteos/Zumo de Frutas
V.N.	740,7 146,4 10,9 39,2	1.094,3 127,5 49,6 82,3	752,4 115,5 24,7 17,0	957,5 73,3 31,5 67,6



	LUNES 22/05/23	MARTES 23/05/23	MIÉRCOLES 24/05/23	JUEVES 25/05/23
DESAYUNO	Bocadillo: Jamón York con queso	Bocadillo: Tortilla francesa	Bocadillo: Atún	Bocadillo: Bacon
4ª SEMANA	Espaguetis a la carbonara Contiene: Pastas, aceite de oliva, gluten, huevo, lactosa. Merluza a la plancha con ensalada Contiene: Pescado azul, lechuga, tomate, aceitunas, aceite de oliva, vinagre y sal. Fruta, pan y agua Contiene: Gluten	Sopa de verduras (judías verdes, zanahoria, patata, puerro, brócoli y guisantes) con aceite de oliva extra Contiene: Verdura, gluten, aceite de oliva y sal. Albóndigas con tomate Contiene: carne de cerdo, tomate frito, aceite de oliva. Fruta/lácteos, pan y agua Contiene: Gluten	Judías blancas con zanahoria, puerro y chorizos. Contiene: Aceite de oliva, sal y vinagre. Marrajo a la plancha con menestra. Contiene: Pescado, champiñón, guisantes, coliflor, habas, aceite de oliva, sal y vinagre. Fruta, pan integral y agua Contiene: Gluten	Macarrones con chorizo y tomate Contiene: Gluten. Merluza a la plancha con menestra. Celiaco: Macarrones sin gluten. Contiene: Pescado blanco, champiñón, guisantes, coliflor, habas, aceite de oliva, sal y vinagre. Fruta, pan y agua Contiene: Gluten Celiaco: Espaguetis sin gluten
MERIENDA	Bocadillo	Zumo de Fruta	Bocadillo: Fruta Contiene: Lactosa	Lácteos/Zumo de Frutas
V.N.	1.056,2 126,1 41,7 41,9	857,0 104,5 20,8 53,0	625,5 148,5 44,5 27,0	374,2 49,4 5,9 31,0
	LUNES 29/05/23	MARTES 30/05/23	MIÉRCOLES 31/05/23	
DESAYUNO	Bocadillo: Salchichas	Bocadillo: Atún	FESTIVO	
5ª SEMANA	Puré de verduras (judías verdes, zanahoria, patata, puerro, brócoli y guisantes) con aceite de oliva extra Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas. Contiene: Gluten	Hervido de patatas con verduras y hortalizas. Contiene: Gluten, coliflor, judía verde, tomate, puerro, cebolla, ajo, pimiento, aceite, sal y vinagre. Lomo adobado con ensalada. Contiene: Tomate, lechuga, maíz, aceite de oliva, sal y vinagre. Fruta/lácteos, pan y agua Contiene: Gluten, lactosa		
MERIENDA	Fruta, pan y agua Contiene: Gluten	Zumo de Fruta		
V.N.	Bocadillo 340,7 36,4 10,9 29,2	Zumo de Fruta 425,6 46,4 40,2 39,2		

El menú está adecuado a los dos alumnos celíacos

NO habiendo ninguna otra alergias notificadas.

Nº comensales: 20









































Nº celíacos: 1

Otras alergias: 0

V.N. = VALORACIÓN NUTRICIONAL DE LA COMIDA

V.N. = Energía (Cal) / Hidratos de Carbono (gr) / Lípidos (gr) / Proteínas (gr)

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA

RECOMENDADOR DE CENAS			
COMIDAS		CENAS	
 + 		 + 	
pasta / arroz		verdura	pescado
 + 		 + 	
pasta / arroz		verdura	huevo
 + 		 + 	
pasta / arroz		verdura	carne
 + 		 + 	
verdura		pasta / arroz	pescado
 + 		 + 	
verdura		pasta / arroz	huevo
 + 		 + 	
verdura		pasta / arroz	carne
 + 		 + 	
legumbres		verdura	pescado
 + 		 + 	
legumbres		verdura	huevo
 + 		 + 	
legumbres		verdura	carne
			
fruta		lácteos	
			
lácteos		fruta	