

MES: Mayo 2024

Andrés Oliván

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		<p>1</p> <p>FESTIVO</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p>	<p>2</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:2.538/607 GT:22 GS:5 HC:73 AZ:18 PROT:29 SAL:5</p>	<p>3</p> <p>Crema de zanahoria Albóndigas de cerdo a la jardinera (guisante, zanahoria, tomate, cebolla, ajo y especias) Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.459/588 GT:22 GS:6 HC:76 AZ:22 PROT:18 SAL:3</p>	<p>4</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>5</p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>
<p>6</p> <p>Alubias estofadas con verduras Abadejo en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.510/600 GT:18 GS:2 HC:78 AZ:19 PROT:29 SAL:3</p>	<p>7</p> <p>Arroz caldoso de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta)</p> <p>VE:2.510/601 GT:23 GS:4 HC:77 AZ:19 PROT:20 SAL:5</p>	<p>8</p> <p>Potaje de garbanzos Salmón con salsa pomodoro con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p> <p>VE:2.474/592 GT:20 GS:3 HC:70 AZ:27 PROT:29 SAL:5</p>	<p>9</p> <p>Crema de verduras Pollo en salsa de champiñones (champiñón, patata, cebolla y tomillo) Yogur y pan integral (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.437/583 GT:19 GS:6 HC:67 AZ:19 PROT:36 SAL:3</p>	<p>10</p> <p>Macarrones pomodoro (tomate, cebolla, especias) Tortilla americana con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.415/578 GT:22 GS:4 HC:75 AZ:22 PROT:19 SAL:3</p>	<p>11</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>12</p> <p>1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos</p>
<p>13</p> <p>Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.421/579 GT:21 GS:4 HC:71 AZ:22 PROT:24 SAL:2</p>	<p>14</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.501/598 GT:15 GS:2 HC:82 AZ:21 PROT:32 SAL:4</p>	<p>15</p> <p>Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.519/603 GT:19 GS:3 HC:90 AZ:24 PROT:17 SAL:6</p>	<p>16</p> <p>Sopa de cocido con pasta Cocido completo con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:2.630/629 GT:20 GS:5 HC:78 AZ:20 PROT:30 SAL:4</p>	<p>17</p> <p>Crema de calabacín Tira de mar (pota) rebozada con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:2.488/595 GT:22 GS:4 HC:77 AZ:19 PROT:19 SAL:5</p>	<p>18</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>19</p> <p>1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos</p>
<p>20</p> <p>Alubias estofadas con verduras Filete de abadejo en salsa (guisante, patata y tomate) Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.427/581 GT:18 GS:2 HC:70 AZ:23 PROT:29 SAL:4</p>	<p>21</p> <p>Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Patatas 2º Huevos con Arroz y Lácteos)</p> <p>VE:2.425/580 GT:25 GS:10 HC:66 AZ:19 PROT:20 SAL:3</p>	<p>22</p> <p>Macarrones a la napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Merluza empanada con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)</p> <p>VE:2.541/608 GT:17 GS:2 HC:92 AZ:24 PROT:18 SAL:3</p>	<p>23</p> <p>Arroz caldoso de verduras Tortilla alemana con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:2.521/603 GT:25 GS:6 HC:73 AZ:18 PROT:20 SAL:5</p>	<p>24</p> <p>Lentejas a la campesina Pollo al chilindrón (patata, tomate, pimiento rojo y pimiento verde) Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.550/610 GT:17 GS:4 HC:75 AZ:20 PROT:41 SAL:4</p>	<p>25</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>26</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>
<p>27</p> <p>Potaje de garbanzos Filete de merluza a la griega con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:2.515/602 GT:16 GS:2 HC:84 AZ:27 PROT:28 SAL:4</p>	<p>28</p> <p>Crema de verduras Pollo con arroz Fruta y pan integral (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:2.431/581 GT:15 GS:3 HC:86 AZ:20 PROT:22 SAL:5</p>	<p>29</p> <p>Sopa minestrone Albóndigas de merluza y pota en salsa (guisante, cebolla, zanahoria y orégano) con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Legumbres y Fruta)</p> <p>VE:2.547/609 GT:16 GS:3 HC:86 AZ:23 PROT:27 SAL:7</p>	<p>30</p> <p>Judías verdes con refrito Magro a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento, zanahoria, calabacín y tomillo) Yogur y pan integral (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:2.438/583 GT:2.721 GS:4 HC:55 AZ:22 PROT:27 SAL:4</p>	<p>31</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:2.447/585 GT:21 GS:4 HC:71 AZ:20 PROT:22 SAL:5</p>		

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