

Menú Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1				DÍA 2				DÍA 3				DÍA 4							
	FESTIVO				FESTIVO				Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa a la Vizcaína (Fish with tomato, pepper and onion) Ensalada (Salad) Helado y pan (Ice cream and bread)				Sopa de estrellas (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)							
V. N .									771,7 32,1 27,2 109,1				613,5 46,4 28,4 45,3							
Propuesta Cenas									Verdura + carne + Fruta				Patata + pescado+ Lácteo							
	DÍA 7				DÍA 8				DÍA 9				DÍA 10				DÍA 11			
	Tallarines con chorizo (Pasta with sausage) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Lácteo y pan (Dairy and bread)				Lentejas estofadas (Stewed lentils) Tortilla de queso (Cheese omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)				Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)				Crema de calabacín (Zucchini cream) Daditos de salmón (Floured salmon) Ensalada (Salad) Profiteroles y pan (chocolate dessert and Bread)				DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Codigo (Noodle soup) **** Cocido sin cerdo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada y rosquillas, Vaso de leche y pan (Lemonade, biscuits, milk and bread)			
V. N .	776,3 35,7 32,8 87,6				714,9 34,5 28,4 85,2				712,8 34,2 38,6 59,5				692,0 31,7 33,3 69,8				755,5 32,9 32,2 89,1			
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta				Arroz + Pescado + Lácteo				Patata + Huevo+ Fruta				Pasta+ Carne + Fruta				Verdura + Pescado+ Fruta			
	DÍA 14				DÍA 15				DÍA 16				DÍA 17				DÍA 18			
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Crujiente de Bacalao (Floured cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)				FESTIVO				Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)				Crema de calabaza (carrot cream) Escalope de pollo (Floured chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)				Alubias estofadas (Stewed beans) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)			
V. N .	949,8 36,5 27,0 149,6								698,9 40,1 26,9 76,7				706,1 36,9 31,6 72,5				780,4 46,4 28,1 90,7			
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Lácteo								Patata+ Pescado+ Fruta				Arroz + Huevo+ Fruta				Pasta + Carne + Lácteo			
	DÍA 21				DÍA 22				DÍA 23				DÍA 24				DÍA 25			
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)				Ensalada de pasta (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)				Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)				DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat) ** Merluza a la marinera (Hake with flour and vegetables) Bizcocho con anís (Cake with anis)				Coliflor rebozada (Floured Cauliflower) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)			
V. N .	625,6 29,1 32,0 59,3				812,7 37,0 34,0 95,3				774,2 41,9 25,5 99,7				778,6 39,1 28,0 99,0				620,4 40,3 26,8 55,4			
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta				Verdura + Pescado + Fruta				Patata + Huevo + Lácteo				Verdura + Carne + Fruta				Pasta + Pescado + Lácteo			
	DÍA 28				DÍA 29				DÍA 30				DÍA 31							
	Fideuá de verduras (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)				Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza a la romana (Floured hake) Patatas revolconas (Potatoes) Arroz con leche casero y pan (Homemade Rice with milk and Bread)				Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)				DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Coditos napolitana (Pasta with tomato) Albóndigas con patatas chips (Meatballs with crisps) Tarta de chocolate y helado y pan (Chocolate cake, ice cream and Bread)							
V. N .	821,5 36,0 30,6 106,7				734,4 34,8 33,6 78,6				740,3 25,6 28,9 100,3				938,1 27,8 44,4 112,7							
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo				Arroz + Carne+ Fruta				Verdura + Huevo+ Lácteo				Verdura+ Pescado+ Fruta							

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

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Cerdo - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa a la Vizcaína (Fish with tomato, pepper and onion) Ensalada (Salad) Helado y pan (Ice cream and bread)	Sopa de estrellas (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Lácteo	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Tallarines napolitana (Pasta with tomato) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Tortilla de queso (Cheese omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado (Broccoli with garlic) Pollo con tomate (Chicken with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Daditos de salmón (Floured salmon) Ensalada (Salad) Profiteroles y pan (chocolate dessert and Bread)	<u>DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID</u> Sopa de Cocido (Noodle soup) ★★★★★ Cocido sin cerdo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada y rosquillas, Vaso de leche y pan (Lemonade, biscuits, milk and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Pescado+ Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Crujiente de Bacalao (Floured cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Escalope de pollo (Floured chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Lácteo		Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Huevo+ Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Pollo asado (Roasted chicken) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA</u> Arroz con verduras (Rice with vegetables) ★★★★★ Merluza a la marinera (Hake with flour and vegetables) Bizcocho con anís (Cake with anis)	Coliflor rebozada (Floured Cauliflower) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (Pasta with vegetables) Filete de ternera (Beef steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza a la romana (Floured hake) Patatas revolconas (Potatoes) Arroz con leche casero y pan (Homemade Rice with milk and Bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS</u>  Coditos napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con patatas chips (Turkey steak with crisps) Tarta de chocolate y helado y pan (Chocolate cake, ice cream and Bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo+ Lácteo	Verdura+ Pescado+ Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Pescado Blanco - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Filete de lomo (Loin steak) Ensalada (Salad) Helado y pan (Ice cream and bread)	Sopa de estrellas (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Lácteo	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Tallarines con chorizo (Pasta with sausage) Pollo al horno (Baked chicken) Zanahorias baby (Carrot) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Tortilla de queso (Cheese omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Daditos de salmón (Floured salmon) Ensalada (Salad) Profiteroles y pan (chocolate dessert and Bread)	<u>DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID</u> Sopa de Cocido (Noodle soup) ★★★★★ Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada y rosquillas, Vaso de leche y pan (Lemonade, biscuits, milk and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Pescado+ Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Filete de lomo sajonia (Loin steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Escalope de pollo (Floured chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Lácteo		Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Huevo+ Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Pollo al horno (Chicken steak) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA</u> Arroz Murciano (Rice with meat) Filete de ternera (Beef steak) Bizcocho con anís (Cake with anis)	Coliflor rebosada (Floured Cauliflower) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Tortilla francesa (French omelette) Patatas revolconas (Potatoes) Arroz con leche casero y pan (Homemade Rice with milk and Bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS</u>  Coditos napolitana (Pasta with tomato) Albóndigas con patatas chips (Meatballs with crisps) Tarta de chocolate y helado y pan (Chocolate cake, ice cream and Bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo+ Lácteo	Verdura+ Pescado+ Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Pescado Ni Proteína de la Leche de Vaca - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Filete de lomo sajonia (Loin steak) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Sopa de estrellas (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + Huevo + Postre s/l	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Tallarines con chorizo (Pasta with sausage) Pollo al horno (Baked chicken) Zanahorias baby (Carrot) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Filete de ternera (Beef steak) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Cocido (Noodle soup) ★★★★★ Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada Yogur de soja y pan (lemonade, soy yogurt and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Carne + Postre s/l	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Arroz + Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Filete de lomo sajonia (Loin steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Escalope de pollo (Floured chicken) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Postre s/l		Verdura + Patata + Fruta	Patata+ Huevo+ Fruta	Verdura+ Pasta+ Postre s/l
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Pollo al horno (Chicken steak) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta (sin atún) (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat) ★★★★★ Filete de ternera (Beef steak) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Patata + Fruta	Patata + Huevo + Postre s/l	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Huevo + Postre s/l
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Tortilla francesa (French omelette) Patatas revolconas (Potatoes) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Coditos napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con patatas chips (Turkey steak with crisps) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Huevo + Postre s/l	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo + Postre s/l	Verdura+ Patata + Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Pescado- Marisco, Huevo Ni Proteína de la Leche de Vaca - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Filete de lomo sajonia (Loin steak) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Sopa de pasta s/hvo (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + Verdura + Postre s/l	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Pasta s/hvo con chorizo (Pasta with sausage) Pollo al horno (Baked chicken) Zanahorias baby (Carrot) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Filete de pollo (Chicken steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Filete de ternera (Beef steak) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Cocido (Pasta s/hvo) (*****) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada Yogur de soja y pan (lemonade, soy yogurt and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Carne + Postre s/l	Patata + Verdura + Fruta	Pasta + Carne + Fruta	Verdura + Arroz + Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Filete de lomo sajonia (Loin steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Filete de pollo (Chicken steak) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Lomo de sajonia (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Postre s/l		Verdura + Patata + Fruta	Patata + Verdura + Fruta	Verdura + Pasta + Postre s/l
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Pollo al horno (Chicken steak) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta s/hvo (sin atún) (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat) Filete de ternera (Beef steak) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz + Ave + Fruta	Verdura + Patata + Fruta	Patata + Verdura + Postre s/l	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Carne + Postre s/l
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (pasta s/hvo) (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Ensalada de patata, tomate, cebolla, zanahoria (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Pasta s/hvo napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con patatas chips (Turkey steak with crisps) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Verdura + Postre s/l	Arroz + Carne + Fruta	Verdura + Patata + Postre s/l	Verdura + Carne + Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Marisco - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa a la Vizcaina (Fish with tomato, pepper and onion) Ensalada (Salad) Helado y pan (Ice cream and bread)	Sopa de estrellas (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Lácteo	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Tallarines con chorizo (Pasta with sausage) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Tortilla de queso (Cheese omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Daditos de salmón (Floured salmon) Ensalada (Salad) Profiteroles y pan (chocolate dessert and Bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Cocido (Noodle soup) ★★★★★ Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada y rosquillas, Vaso de leche y pan (Lemonade, biscuits, milk and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Pescado+ Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Escalope de pollo (Floured chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Lácteo		Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Huevo+ Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat)  Merluza a la marinera (Hake with flour and vegetables) Bizcocho con anís (Cake with anis)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza a la romana (Floured hake) Patatas revolconas (Potatoes) Arroz con leche casero y pan (Homemade Rice with milk and Bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Coditos napolitana (Pasta with tomato) Albóndigas con patatas chips (Meatballs with crisps) Tarta de chocolate y helado y pan (Chocolate cake, ice cream and Bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo+ Lácteo	Verdura+ Pescado+ Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Pescado ni Marisco - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Filete de lomo sajonia (Loin steak) Ensalada (Salad) Helado y pan (Ice cream and bread)	Sopa de estrellas (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + Huevo+ Lácteo	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Tallarines con chorizo (Pasta with sausage) Pollo al horno (Baked chicken) Zanahorias baby (Carrot) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Tortilla de queso (Cheese omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Filete de ternera (Beef steak) Ensalada (Salad) Profiteroles y pan (chocolate dessert and Bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Cocido (Noodle soup) ★★★★★ Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada y rosquillas, Vaso de leche y pan (Lemonade, biscuits, milk and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Carne + Lácteo	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Arroz + Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Filete de lomo sajonia (Loin steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Escalope de pollo (Floured chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Lácteo		Verdura + Patata + Fruta	Patata+ Huevo+ Fruta	Verdura+ Pasta + Lácteo
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Pollo al horno (Chicken steak) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta (sin atún) (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat)  Filete de ternera (Beef steak) Bizcocho con anís (Cake with anis)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Patata + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + huevo+ Lácteo
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Tortilla francesa (French omelette) Patatas revolconas (Potatoes) Arroz con leche casero y pan (Homemade Rice with milk and Bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Coditos napolitana (Pasta with tomato) Albóndigas con patatas chips (Meatballs with crisps) Tarta de chocolate y helado y pan (Chocolate cake, ice cream and Bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Huevo + Lácteo	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo+ Lácteo	Verdura+ Patata + Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Pescado, Legumbre, Huevo ni Maíz - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Filete de lomo sajonia (Loin steak) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Sopa de pasta s/hvo (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + Verdura + Lácteo	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Pasta s/hvo con chorizo (Pasta with sausage) Ensalada completa (sin huevo, maíz ni atún) (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Filete de pollo (Chicken steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado (Broccoli with garlic) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Filete de ternera (Beef steak) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de fideos (pasta s/hvo) (Noodle soup) Lomo de sajonia (Loin) Limonada Vaso de leche y pan (Lemonade, milk and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Verdura + Lácteo	Patata + Verdura + Fruta	Pasta + Verdura + Fruta	Verdura + Arroz + Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Ensalada completa (sin huevo, maíz ni atún) (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Filete de pollo plancha (Grilled chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Sopa de fideos (pasta s/hvo) (Noodle soup) Lomo de sajonia (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Lácteo		Verdura + Patata + Fruta	Patata + Verdura + Fruta	Verdura + Arroz + Lácteo
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Pollo al horno (Chicken steak) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta s/hvo (Pasta salad) Ternera en salsa (Veal in sauce) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de verduras (Vegetable cream) Lomo asado (Stewed loin) Zanahorias baby (Carrot) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano sin guisantes (Rice with) Ensalada completa (sin huevo, maíz ni atún) (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz + Ave + Fruta	Verdura + Patata + Fruta	Patata + Verdura + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Verdura + Lácteo
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (pasta s/hvo) (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ensalada de patata, tomate, cebolla, zanahoria (Salad) Arroz con leche casero y pan (Homemade Rice with milk and Bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Pasta s/hvo napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con ensalada (Steak turkey with salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Verdura + Lácteo	Arroz + Ave + Fruta	Verdura + Patata + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	

LÁCTEOS SIN SOJA NI HUEVO

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin lactosa, huevo, legumbre, pescado- marisco, frutos secos, melocotón ni derivados - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Filete de lomo sajonia (Loin steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de pasta s/hvo (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata +Verdura+ Postre s/l	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Pasta s/hvo con chorizo (Pasta with sausage) Ensalada completa (sin huevo ni atún) (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Filete de pollo (Chicken steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado(Broccoli with garlic) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Filete de ternera (Beef steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	<u>DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID</u> Sopa de fideos (pasta s/hvo) (Noodle soup) Lomo de sajonia (Loin) Limonada Fruta y pan (Lemonade,fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Carne + Postre s/l	Patata +Verdura + Fruta	Pasta + Carne + Fruta	Verdura + Arroz + Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Ensalada completa (sin huevo ni atún) (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Filete de pollo (Chicken steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de fideos (pasta s/hvo) (Noodle soup) Lomo de sajonia (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Postre s/l		Verdura + Patata + Fruta	Patata + Verdura + Fruta	Verdura + Pasta + Postre s/l
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Pollo al horno (Chicken steak) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta s/hvo (sin atún) (Pasta salad) Ternera en salsa (Veal in sauce) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de verduras (Vegetable cream) Lomo asado (Stewed loin) Zanahorias baby (Carrot) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA</u> Arroz Murciano sin guisantes (Rice meat) Filete de ternera (Beef steak) Fruta y pan (Fruit and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Patata + Fruta	Patata + Verdura + Postre s/l	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Carne + Postre s/l
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (pasta s/hvo) (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Ensalada de patata, tomate, cebolla, zanahoria (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	<u>DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS</u>  Pasta s/hvo napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con patatas chips (Turkey steak with crisps) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Verdura + Postre s/l	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Patata+ Postre s/l	Verdura+ Carne + Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA (NO melocotón ni derivados)
ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

Menú sin Lactosa Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa a la Vizcaina (Fish with tomato, pepper and onion) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Sopa de estrellas (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Postre s/l	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Tallarines con chorizo (Pasta with sausage) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Daditos de salmón (Floured salmon) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Cocido (Noodle soup) ★★★★★ Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada Yogur de soja y pan (lemonade, soy yogurt and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Postre s/l	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Pescado+ Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Escalope de pollo (Floured chicken) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Postre s/l		Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Huevo+ Fruta	Verdura+ Pescado+ Postre s/l
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat) Merluza a la marinera (Hake with flour and vegetables) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Postre s/l	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Pescado + Postre s/l
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza a la romana (Floured hake) Patatas revolconas (Potatoes) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Coditos napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con patatas chips (Turkey steak with crisps) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Postre s/l	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo+ Postre s/l	Verdura+ Pescado+ Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Lactosa ni Frutos Secos - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa a la Vizcaina (Fish with tomato, pepper and onion) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Sopa de estrellas (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Postre s/l	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Tallarines con chorizo (Pasta with sausage) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Fruta y pan (Fruit and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Daditos de salmón (Floured salmon) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Cocido (Noodle soup) ★★★★★ Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada Fruta y pan (lemonade, fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Postre s/l	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Pescado+ Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Escalope de pollo (Floured chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Postre s/l		Verdura + Pescado+ Fruta	<	Verdura+ Pescado+ Postre s/l
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat) ★★★★★ Merluza a la marinera (Hake with flour and vegetables) Fruta y pan (Fruit and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Postre s/l	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Pescado + Postre s/l
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza a la romana (Floured hake) Patatas revolconas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Coditos napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con patatas chips (Turkey steak with crisps) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Postre s/l	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo+ Postre s/l	Verdura+ Pescado+ Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Lactosa ni Huevo - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa a la Vizcaina (Fish with tomato, pepper and onion) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Sopa de pasta s/hvo (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Postre s/l	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Pasta s/hvo con chorizo (Pasta with sausage) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Filete de pollo (Chicken steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Cocido (pasta s/hvo soup) ★★★★★ Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada Yogur de soja y pan (lemonade, soy yogurt and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Postre s/l	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Pescado+ Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Filete de pollo plancha (Grilled chicken) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Lomo de sajonia (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Postre s/l		Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Huevo+ Fruta	Verdura+ Pescado+ Postre s/l
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta s/hvo (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat) Merluza a la marinera (Hake with flour and vegetables) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Postre s/l	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Pescado + Postre s/l
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (pasta s/hvo) (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza al horno (Baked fish) Patatas revolconas (Potatoes) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Pasta s/hvo napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con patatas chips (Turkey steak with crisps) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Postre s/l	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo+ Postre s/l	Verdura+ Pescado+ Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Lactosa, Huevo, Frutos secos, Espinacas ni Lentejas - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa a la Vizcaina (Fish with tomato, pepper and onion) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Sopa de pasta s/hvo (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Postre s/l	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Pasta s/hvo con chorizo (Pasta with sausage) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Filete de pollo (Chicken steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Cocido (pasta s/hvo soup) ★★★★★ Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada Yogur de soja y pan (lemonade, soy yogurt and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Postre s/l	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Pescado+ Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Filete de pollo plancha (Grilled chicken) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Lomo de sajonia (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Postre s/l		Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Huevo+ Fruta	Verdura+ Pescado+ Postre s/l
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta s/hvo (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat) ★★★★★ Merluza a la marinera (Hake with flour and vegetables) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Postre s/l	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Pescado + Postre s/l
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (pasta s/hvo) (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza al horno (Baked fish) Patatas revolconas (Potatoes) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Pasta s/hvo napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con patatas chips (Turkey steak with crisps) Yogur de soja y pan (soy yogurt and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Postre s/l	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo+ Postre s/l	Verdura+ Pescado+ Fruta	

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Gluten - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Sopa de pasta s/g (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Lácteo	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Pasta s/g con chorizo (Pasta with sausage) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Tortilla de queso (Cheese omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Cocido (pasta s/g) (Noodle soup) ★★★★★ Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada. Vaso de leche y pan (Lemonade, milk and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Pescado+ Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz tres delicias (Three delights rice) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Filete de pollo plancha (Grilled chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Lácteo		Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Huevo+ Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta s/g (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat) ★★★★★ Merluza al horno con tomate (Baked Hake with tomato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (pasta s/g) (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza al horno (Baked Hake) Patatas revolconas (Potatoes) Arroz con leche casero y pan (Homemade Rice with milk and Bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Pasta s/g napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con patatas chips (Turkey steak with crisps) Lácteo y pan (Dairy and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo+ Lácteo	Verdura+ Pescado+ Fruta	

PAN Y LÁCTEOS SIN GLUTEN

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú Bajo en Colesterol - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Sopa de estrellas (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Lácteo	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Tallarines con tomate (Pasta with tomato) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado (Broccoli with garlic) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de cocido (Noodle soup)  sin chorizo (Chickpeas with vegetables and meat) Lácteo y pan (Dairy and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Pescado+ Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Filete de pollo plancha (Grilled chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Lácteo		Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Huevo+ Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat)  Merluza al horno con tomate (Baked Hake with tomato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (Pasta with vegetables) Filete de ternera (Beef steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza al horno (Baked Hake) Patatas revolconas (Potatoes) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Coditos napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con ensalada (Steak turkey with salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo+ Lácteo	Verdura+ Pescado+ Fruta	

LÁCTEOS DESNATADOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú Hipocalórico - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Sopa de estrellas (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Lácteo	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Tallarines con tomate (Pasta with tomato) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado (Broccoli with garlic) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de cocido (Noodle soup)  sin chorizo (Chickpeas with vegetables and meat) Lácteo y pan (Dairy and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Pescado+ Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Zanahorias baby (Carrot) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Filete de pollo plancha (Grilled chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Lácteo		Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Huevo+ Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA  Arroz Murciano (Rice with meat) Merluza al horno con tomate (Baked Hake with tomato) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (Pasta with vegetables) Filete de ternera (Beef steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza al horno (Baked Hake) Champiñones rehogados (Mushrooms) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Coditos napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con ensalada (Steak turkey with salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo+ Lácteo	Verdura+ Pescado+ Fruta	

LÁCTEOS DESNATADOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Huevo - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa a la Vizcaina (Fish with tomato, pepper and onion) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Sopa de pasta s/hvo (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Lácteo
DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
Pasta s/hvo con chorizo (Pasta with sausage) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Filete de pollo (Chicken steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Cocido (pasta s/hvo) (*****) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada Vaso de leche y pan (Lemonade, milk and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Patata + Verdura + Fruta	Pasta+ Carne + Fruta
DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Filete de pollo plancha (Grilled chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Lomo de sajonia (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Lácteo	Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Verdura + Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo
DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta s/hvo (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat) Merluza a la marinera (Hake with flour and vegetables) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Verdura + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta
DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
Fideuá de verduras (pasta s/hvo) (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza al horno (Baked fish) Patatas revolconas (Potatoes) Arroz con leche casero y pan (Homemade Rice with milk and Bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Pasta s/hvo napolitana (Pasta with tomato) Albóndigas con patatas chips (Meatballs with crisps) Lácteo y pan (Dairy and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Patata + Lácteo	Verdura+ Pescado+ Fruta

LÁCTEOS SIN HUEVO

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Huevo ni Frutos Secos - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa a la Vizcaina (Fish with tomato, pepper and onion) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Sopa de pasta s/hvo (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Lácteo
DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
Pasta s/hvo con chorizo (Pasta with sausage) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Filete de pollo (Chicken steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Cocido (pasta s/hvo) (*****) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada Vaso de leche y pan (Lemonade, milk and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Patata + Verdura + Fruta	Pasta+ Carne + Fruta
DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Filete de pollo plancha (Grilled chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Lomo de sajonia (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Lácteo	Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Verdura + Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo
DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta s/hvo (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat) Merluza a la marinera (Hake with flour and vegetables) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Verdura + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta
DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
Fideuá de verduras (pasta s/hvo) (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza al horno (Baked fish) Patatas revolconas (Potatoes) Arroz con leche casero y pan (Homemade Rice with milk and Bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Pasta s/hvo napolitana (Pasta with tomato) Albóndigas con patatas chips (Meatballs with crisps) Lácteo y pan (Dairy and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Patata + Lácteo	Verdura+ Pescado+ Fruta

LÁCTEOS SIN HUEVO NI FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Huevo, Marisco ni Frutos Secos - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa a la Vizcaina (Fish with tomato, pepper and onion) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Sopa de pasta s/hvo (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)	
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Lácteo	
	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
	Pasta s/hvo con chorizo (Pasta with sausage) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Lentejas estofadas (Stewed lentils) Filete de pollo (Chicken steak) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado con bacon (Broccoli with bacon) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de Cocido (pasta s/hvo) (★★★★★) Cocido completo (Chickpeas with meat and vegetables) Limonada Vaso de leche y pan (Lemonade, milk and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Patata + Verdura + Fruta	Pasta+ Carne + Fruta	Verdura + Pescado+ Fruta
	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
	Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Filete de pollo plancha (Grilled chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Alubias estofadas (Stewed beans) Lomo de sajonia (Loin) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Lácteo		Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Verdura + Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo
	DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
	Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta s/hvo (Pasta salad) Ternera a la jardinera (Veal with vegetables) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Judías pintas con arroz (Beans with rice) Lomo asado (Stewed loin) Menestra de verduras (Mixed vegetables) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano (Rice with meat) Merluza a la marinera (Hake with flour and vegetables) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Coliflor rehogada (Cauliflower with garlic) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Verdura + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Pasta + Pescado + Lácteo
	DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
	Fideuá de verduras (pasta s/hvo) (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Judías verdes con tomate (Green beans with tomato) Merluza al horno (Baked fish) Patatas revolconas (Potatoes) Arroz con leche casero y pan (Homemade Rice with milk and Bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Pasta s/hvo napolitana (Pasta with tomato) Albóndigas con patatas chips (Meatballs with crisps) Lácteo y pan (Dairy and bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Patata + Lácteo	Verdura+ Pescado+ Fruta	

LÁCTEOS SIN HUEVO NI FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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

Menú sin Legumbres ni Frutos Secos - Mayo 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4
	FESTIVO	FESTIVO	Arroz con tomate (Rice with tomato) Palometa a la Vizcaina (Fish with tomato, pepper and onion) Ensalada (Salad) Helado y pan (Ice cream and bread)	Sopa de estrellas (Noodle soup) Filete de pollo al ajillo (Chicken steak with garlic) Champiñones rehogados (Mushrooms) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas			Verdura + carne + Fruta	Patata + pescado+ Lácteo
DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11
Tallarines con chorizo (Pasta with sausage) Merluza al horno (Baked fish) Zanahorias baby (Carrot) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Patatas estofadas (Stewed potatoes) Tortilla de queso (Cheese omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Brócoli rehogado (Broccoli with garlic) Magro con tomate (Lean pork with tomato) Patatas dado (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabacín (Zucchini cream) Salmón al horno (Baked salmon) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID Sopa de fideos (Noodle soup)  de sajonia (Loin)  Limonada Vaso de leche y pan (Lemonade, milk and bread)
Propuesta Cenas	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Pescado + Lácteo	Patata + Huevo+ Fruta	Pasta+ Carne + Fruta
DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
Arroz con verduras (Rice with vegetables) Bacalao al horno (Baked cod) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	FESTIVO	Pisto con verduras (Vegetables with tomato) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz pilaf (Rice) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de calabaza (carrot cream) Filete de pollo plancha (Grilled chicken) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Sopa de fideos (Noodle soup) Tortilla de patata (Potato omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Verdura+ Ave + Lácteo	Verdura + Pescado+ Fruta	Patata+ Huevo+ Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo
DÍA 21	DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25
Crema de zanahoria (Carrot cream) Palometa al horno (Baked fish) Ensalada (Salad) Gelatina y pan (Jelly and Bread)	Ensalada de pasta (Pasta salad) Ternera en salsa (Veal in sauce) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)	Crema de verduras (Vegetable cream) Lomo asado (Stewed loin) Zanahorias baby (Carrot) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MURCIA Arroz Murciano sin guisantes (Rice with  Merluza a la marinera (Hake with flour and vegetables) Bizcocho con anís (Cake with anis)	Coliflor rebozada (Floured Cauliflower) Pavo estofado (Stewed turkey) Patatas dado (diced potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)
Propuesta Cenas	Arroz+ Ave + Fruta	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta
DÍA 28	DÍA 29	DÍA 30	DÍA 31	
Fideuá de verduras (Pasta with vegetables) Lacón a la gallega (Loin with pepper) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	Crema de zanahoria (Carrot cream) Merluza a la romana (Floured hake) Patatas revolconas (Potatoes) Arroz con leche casero y pan (Homemade Rice with milk and Bread)	Arroz campesina (Rice with vegetables) Pollo asado (Roasted chicken) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)	DÍA DEL CUMPLE DE TODOS LOS NIÑOS  Coditos napolitana (Pasta with tomato) Filete de pavo con ensalada (Steak turkey with salad) Tarta de chocolate y helado y pan (Chocolate cake, ice cream and Bread)	
Propuesta Cenas	Patata + Pescado + Lácteo	Arroz + Carne+ Fruta	Verdura+ Huevo+ Lácteo	Verdura+ Pescado+ Fruta

LÁCTEOS SIN SOJA NI FRUTOS SECOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)

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