

# Menú Junio 2018

## Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

																DÍA 1				
															Lentejas estofadas (Stewed lentils) Tortilla francesa (French omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)					
V. N .															704,5 27,9 24,3 98,5					
Propuesta Cenas															Verdura + Pescado + Lácteo					
DÍA 4				DÍA 5				DÍA 6				DÍA 7				DÍA 8				
	Espagueti boloñesa (Spaguetti with tomato and meat) Ragout de pavo (Stewed turkey) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)				Arroz con verduras (Rice with vegetables) Pescado al horno (Baked fish) Zanahoria baby (Baby carrot) Batido de fresa y pan (Strawberry milkshake and Bread)				Salmorejo (Tomato cream) Pollo asado (Roasted chicken) Arroz blanco (Rice) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)				Crema de zanahoria (carrot cream) Cinta de lomo (Loin) Puré de patata (Mashed potatoes) Zumo de naranja natural y pan (Natural orange juice and Bread)				Ensalada campera (potato, tomato, onion boiled egg and tuna salad) Crujiente de Bacalao (Floured cod) Ensalada (Salad) Helado y pan (Ice cream and bread)			
V. N .	831,5	39,6	32,2	101,3	740,0	31,6	27,1	99,1	774,5	41,7	32,2	84,5	660,1	28,8	30,7	70,8	857,2	25,2	43,1	96,2
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo				Verdura + Ave + Fruta				Patata+ Huevo + Fruta				Pasta+ Pescado + Lácteo				Verdura+ carne+ Fruta			
DÍA 11				DÍA 12				DÍA 13				DÍA 14				DÍA 15				
	Arroz con tomate (Rice with tomato) Pollo al ajillo (Chicken in garlic sauce) Ensalada (Salad) Batido de chocolate y pan (Chocolate milkshake and Bread)				Ensalada alemana (Potato, sausage, pickle, mustard) Salchichas de pavo (Turkey sausages) Zanahoria baby (Baby carrot) Fruta y pan (Fruit and bread)				Lentejas estofadas (Stewed lentils) Huevos Villarroy (Floured eggs) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)				Macarrones con tomate (Macaronis with tomato) Palometa al horno (Baked fish) Champiñones rehogados Lácteo y pan (Dairy and bread)				Judías verdes rehogadas (Green beans) Albóndigas en salsa (Meatballs in sauce) Patatas (Potatoes) Fruta y pan (Fruit and bread)			
V. N .	843,3	46,3	29,3	105,3	814,9	26,8	28,4	95,3	785,4	33,9	31,4	94,9	723,6	35,3	28,2	88,7	741,9	18,9	40,0	77,9
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta				Verdura+ Pescado+ Lácteo				Patata + Ave + Fruta				Verdura+ Carne+ Fruta				Arroz+ Pescado+ Lácteo			
DÍA 18				DÍA 19				DÍA 20				DÍA 21				DÍA 22				
	Ensalada de pasta (Pasta salad) Escalope de pollo (Floured chicken) Patatas (Potatoes) Gelatina y pan (Jelly and bread)				Legumbre estofada (Stewed legum) Tortilla de queso (Cheese omelette) Ensalada (Salad) Fruta y pan (Fruit and bread)				Crema de verdura (Veg cream) Fritura de pescado (Floured fish) Ensalada (Salad) Fruta y pan integral (Fruit and Whole Grain Bread)				Códitos con tomate (Pasta with tomato) Hamburguesa de ternera (Veal burger) Ensalada (Salad) Lácteo y pan (Dairy and bread)				Ensalada mixta (Mixed salad) Perrito caliente con patatas chips (Hot dog with crisps) Refrescos y Helado (Refreshments and ice-cream) ¡FELIZ VERANO!			
V. N .	855,4	38,9	31,0	111,7	714,9	34,5	28,4	85,2	691,6	13,6	33,9	88,3	818,9	32,1	37,8	92,7	835,3	24,1	53,4	78,5
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo				Arroz + carne + Fruta				Patata + Huevo + Lácteo				Verdura + Pescado + Fruta				Verdura + Ave + Fruta			

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

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maiz, 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- Junio 2018**  
**Colegio Leopoldo Calvo Sotelo**

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Lácteo
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Espagueti con tomate Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Lácteo y pan	Salmorejo (sin huevo ni jamón) Pollo asado Champiñones rehogados Fruta y pan integral	Crema de zanahoria Cinta de lomo Ensalada Zumo de naranja natural y pan	DÍA 7
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ Huevo + Fruta	Pasta+ Pescado + Lácteo	DÍA 8
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Lácteo y pan	Ensalada de patata, cebolla, pepinillo y tomate Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan integral	Macarrones con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Lácteo y pan	DÍA 14
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	DÍA 15
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Ensalada de pasta (sin atún) Filete de pollo Champiñones rehogados Gelatina y pan	Legumbre estofada Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Pescado al horno Ensalada Fruta y pan integral	Coditos con tomate Filete de ternera Ensalada Lácteo y pan	DÍA 21
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Arroz + carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	DÍA 22
					Ensalada mixta Bocadillo de pollo con tomate Refrescos y Lácteo <b>¡FELIZ VERANO!</b>



**LÁCTEOS DESNATADOS**

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maiz, 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- Junio 2018  
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Lácteo
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Espagueti con tomate Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Batido de fresa y pan	Vichyssoise Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan integral	Crema de zanahoria Salchichas de pavo Puré de patata Zumo de naranja natural y pan	Ensalada campera Crujiente de bacalao Ensalada Helado y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ Huevo + Fruta	Pasta+ Pescado + Lácteo	Verdura+ carne+ Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Batido de chocolate y pan	Ensalada alemana Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan integral	Macarrones con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Lácteo y pan	Judías verdes rehogadas Pollo asado Patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	Arroz+ Pescado+ Lácteo
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Ensalada de pasta Escalope de pollo Patatas Gelatina y pan	Legumbre estofada Tortilla de queso Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Fritura de pescado Ensalada Fruta y pan integral	Crema de verdura Fritura de pescado Ensalada Fruta y pan integral	Coditos con tomate Hamburguesa de ternera Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Arroz + carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta
				DÍA 21	
					Ensalada mixta Perrito caliente (salchicha de ave) con patatas chips Refrescos y Helado <b>¡FELIZ VERANO!</b>



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- Junio 2018  
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Lácteo
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Espagueti boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Batido de fresa y pan	Salmorejo Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan integral	Crema de zanahoria Cinta de lomo Puré de patata Zumo de naranja natural y pan	Ensalada campera Pescado al horno Ensalada Helado y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ Huevo + Fruta	Pasta+ Pescado + Lácteo	Verdura+ carne+ Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Batido de chocolate y pan	Ensalada alemana Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan integral	Macarrones con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Lácteo y pan	Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa Patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	Arroz+ Pescado+ Lácteo
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Ensalada de pasta Escalope de pollo Patatas Gelatina y pan	Legumbre estofada Tortilla de queso Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Pescado al horno Ensalada Fruta y pan integral	Coditos con tomate Hamburguesa de ternera Ensalada Lácteo y pan	Ensalada mixta Perrito caliente con patatas chips Refrescos y Helado
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Arroz + carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta
				DÍA 21	
					Ensalada mixta Perrito caliente con patatas chips Refrescos y Helado  <b>¡FELIZ VERANO!</b>
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Arroz + carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + 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 blanco- Junio 2018  
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Lácteo
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Espagueti boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan		Arroz con verduras Tortilla francesa Zanahoria baby Batido de fresa y pan		Salmorejo Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan integral
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo		Verdura + Ave + Fruta		Patata+ Huevo + Fruta
DÍA 7		DÍA 8		DÍA 9	
					Crema de zanahoria Cinta de lomo Puré de patata Zum de naranja natural y pan
Propuesta Cenas					Pasta+ verduras+ Lácteo
DÍA 10		DÍA 11		DÍA 12	
					Ensalada campera Pavo al horno Ensalada Helado y pan
Propuesta Cenas					Verdura+ carne+ Fruta
DÍA 13		DÍA 14		DÍA 15	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Batido de chocolate y pan		Ensalada alemana Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan		Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan integral
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta		Verdura+ Pescado+ Lácteo		Patata + carne + Fruta
DÍA 16		DÍA 17		DÍA 18	
					Macarrones con tomate Cinta de lomo Champiñones rehogados Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Verdura+ Ave+ Fruta
DÍA 19		DÍA 20		DÍA 21	
	Ensalada de pasta Escalope de pollo Patatas Gelatina y pan		Legumbre estofada Tortilla de queso Ensalada Fruta y pan		Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa Patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo		Arroz + carne + Fruta		Patata + Huevo + Lácteo
DÍA 22		DÍA 23		DÍA 24	
					Coditos con tomate Hamburguesa de ternera Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Fruta
DÍA 25		DÍA 26		DÍA 27	
					Ensalada mixta Perrito caliente con patatas chips Refrescos y Helado
Propuesta Cenas					Verdura + Ave + Fruta



¡FELIZ VERANO!

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- Junio 2018  
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Postre s/l
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Espagueti boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan		Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Yogur de soja y pan		Salmorejo Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan integral
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Postre s/l		Verdura + Ave + Fruta		Patata+ Huevo + Fruta
DÍA 7		DÍA 8		DÍA 9	
	Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zum de naranja natural y pan		Ensalada campera Pescado al horno Ensalada Yogur de soja y pan		Pasta+ Pescado + Postre s/l
Propuesta Cenas			Verdura+ carne+ Fruta		
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Yogur de soja y pan		Ensalada alemana Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan		Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan integral
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta		Verdura+ Pescado+ Postre s/l		Patata + Ave + Fruta
DÍA 14		DÍA 15		DÍA 16	
	Macarrones con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Yogur de soja y pan		Judías verdes rehogadas Pollo asado Patatas Fruta y pan		Verdura+ Carne+ Fruta
Propuesta Cenas			Arroz+ Pescado+ Postre s/l		
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Ensalada de pasta Escalope de pollo Patatas Gelatina y pan		Legumbre estofada Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan		Crema de verdura Pescado al horno Ensalada Fruta y pan integral
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Postre s/l		Arroz + carne + Fruta		Patata + Huevo + Postre s/l
DÍA 21		DÍA 22		DÍA 23	
	Coditos con tomate Filete de ternera Ensalada Yogur de soja y pan		Ensalada mixta Salchichas de pavo con tomate y patatas chips Refrescos y Yogur de soja		
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado + Fruta		Verdura + Ave + Fruta		



¡FELIZ VERANO!

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- Junio 2018  
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Postre s/l
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Espagueti boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Yogur de soja y pan	Salmorejo Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan	Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zum de naranja natural y pan	DÍA 7
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Postre s/l	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ Huevo + Fruta	Pasta+ Pescado + Postre s/l	DÍA 8
					Ensalada campera Pescado al horno Ensalada Yogur de soja y pan
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Yogur de soja y pan	Ensalada alemana Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan	Macarrones con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Yogur de soja y pan	DÍA 14
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura+ Pescado+ Postre s/l	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	DÍA 15
					Judías verdes rehogadas Pollo asado Patatas Fruta y pan
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Ensalada de pasta Escalope de pollo Patatas Gelatina y pan	Legumbre estofada Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Pescado al horno Ensalada Fruta y pan	Coditos con tomate Filete de ternera Ensalada Yogur de soja y pan	DÍA 21
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Postre s/l	Arroz + carne + Fruta	Patata + Huevo + Postre s/l	Verdura + Pescado + Fruta	DÍA 22
					Ensalada mixta Salchichas de pavo con tomate y patatas chips Refrescos y Yogur de soja <b>¡FELIZ VERANO!</b>



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- Junio 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Lácteo
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Espagueti con tomate Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Lácteo y pan	Vichyssoise Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan integral	Crema de zanahoria Cinta de lomo Ensalada Zumo de naranja natural y pan	DÍA 7
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ Huevo + Fruta	Pasta+ Pescado + Lácteo	DÍA 8
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Lácteo y pan	Ensalada de patata, cebolla, pepinillo y tomate Pechuga de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan integral	Macarrones con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Lácteo y pan	DÍA 14
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	DÍA 15
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Ensalada de pasta Filete de pollo Patatas Gelatina y pan	Legumbre estofada Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Pescado al horno Ensalada Fruta y pan integral	Coditos con tomate Filete de ternera Ensalada Lácteo y pan	DÍA 21
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Arroz + carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	DÍA 22
					Ensalada mixta Bocadillo de pollo con tomate Refrescos y Lácteo <b>¡FELIZ VERANO!</b>



## LÁCTEOS DESNATADOS

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maiz, 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- Junio 2018  
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1				
					Lentejas estofadas Filete de pollo Ensalada Fruta y pan				
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Lácteo				
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6		DÍA 7		DÍA 8	
	Pasta s/hvo boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan		Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Batido de fresa y pan		Salmorejo (sin huevo) Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan integral		Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zumo de naranja natural y pan		Ensalada campera (sin huevo) Pescado al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo		Verdura + Ave + Fruta		Patata+ carne + Fruta		Pasta+ Pescado + Lácteo		Verdura+ carne+ Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13		DÍA 14		DÍA 15	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Batido de chocolate y pan		Ensalada de patata, cebolla, pepinillo y tomate Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan		Lentejas estofadas Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan integral		Pasta s/hvo con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Lácteo y pan		Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa Patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + carne + Fruta		Verdura+ Pescado+ Lácteo		Patata + Ave + Fruta		Verdura+ Carne+ Fruta		Arroz+ Pescado+ Lácteo
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20		DÍA 21		DÍA 22	
	Ensalada de pasta s/hvo Filete de pollo Patatas Gelatina y pan		Legumbre estofada Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan		Crema de verdura Pescado al horno Ensalada Fruta y pan integral		Pasta s/hvo con tomate Hamburguesa de ternera Ensalada Lácteo y pan		Ensalada mixta sin huevo Salchichas de pavo con tomate y patatas chips Refrescos y Lácteo
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo		Arroz + carne + Fruta		Patata + Ave + Lácteo		Verdura + Pescado + Fruta		Verdura + Arroz+ Fruta



¡FELIZ VERANO!

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- Junio 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Filete de pollo Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Lácteo
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	DÍA 7
	Pasta s/hvo boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Batido de fresa y pan	Salmorejo (sin huevo) Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan	Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zum de naranja natural y pan	Ensalada campera (sin huevo) Pescado al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ carne + Fruta	Pasta+ Pescado + Lácteo	Verdura+ carne+ Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	DÍA 14
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Batido de chocolate y pan	Ensalada de patata, cebolla, pepinillo y tomate Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Lentejas estofadas Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan	Pasta s/hvo con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Lácteo y pan	Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa Patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + carne + Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	Arroz+ Pescado+ Lácteo
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	DÍA 21
	Ensalada de pasta s/hvo Filete de pollo Patatas Gelatina y pan	Legumbre estofada Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Pescado al horno Ensalada Fruta y pan	Pasta s/hvo con tomate Hamburguesa de ternera Ensalada Lácteo y pan	Ensalada mixta sin huevo Salchichas de pavo con tomate y patatas chips Refrescos y Lácteo
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Arroz + carne + Fruta	Patata + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Arroz+ Fruta



**¡FELIZ VERANO!**

## 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 lactosa ni huevo- Junio 2018  
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1				
					Lentejas estofadas Filete de pollo Ensalada Fruta y pan				
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Postre s/l				
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6		DÍA 7		DÍA 8	
	Pasta s/hvo boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Yogur de soja y pan	Salmorejo (sin huevo) Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan integral	Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zum de naranja natural y pan	Ensalada campera (sin huevo) Pescado al horno Ensalada Yogur de soja y pan				
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Postre s/l	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ carne + Fruta	Pasta+ Pescado + Postre s/l	Verdura+ carne+ Fruta				
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13		DÍA 14		DÍA 15	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Yogur de soja y pan	Ensalada de patata, cebolla, pepinillo y tomate Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Lentejas estofadas Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan integral	Pasta s/hvo con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Yogur de soja y pan	Judías verdes rehogadas Pollo asado Patatas Fruta y pan				
Propuesta Cenas	Verdura +carne + Fruta	Verdura+ Pescado+ Postre s/l	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	Arroz+ Pescado+ Postre s/l				
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20		DÍA 21		DÍA 22	
	Ensalada de pasta s/hvo Filete de pollo Patatas Gelatina y pan	Legumbre estofada Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Pescado al horno Ensalada Fruta y pan integral	Pasta s/hvo con tomate Filete de ternera Ensalada Yogur de soja y pan	Ensalada mixta sin huevo Salchichas de pavo con tomate y patatas chips Refrescos y Yogur de soja				
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Postre s/l	Arroz + carne + Fruta	Patata + Ave + Postre s/l	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta				



**¡FELIZ VERANO!**

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- Junio 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Filete de pollo Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Lácteo
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	DÍA 7
	Pasta s/hvo boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Batido de fresa y pan	Salmorejo (sin huevo) Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan	Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zum de naranja natural y pan	Ensalada campera (sin huevo) Pescado al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ carne + Fruta	Pasta+ Pescado + Lácteo	Verdura+ carne+ Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	DÍA 14
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Batido de chocolate y pan	Ensalada de patata, cebolla, pepinillo y tomate Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Lentejas estofadas Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan	Pasta s/hvo con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Lácteo y pan	Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa Patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + carne + Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	Arroz+ Pescado+ Lácteo
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	DÍA 21
	Ensalada de pasta s/hvo Filete de pollo Patatas Gelatina y pan	Legumbre estofada Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Pescado al horno Ensalada Fruta y pan	Pasta s/hvo con tomate Hamburguesa de ternera Ensalada Lácteo y pan	Ensalada mixta sin huevo Salchichas de pavo con tomate y patatas chips Refrescos y Lácteo
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Arroz + carne + Fruta	Patata + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Arroz+ Fruta



**¡FELIZ VERANO!**

## 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 gluten- Junio 2018  
Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Lácteo
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Pasta s/g boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Batido de fresa y pan	Vichyssoise Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan	Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zum de naranja natural y pan	Ensalada campera Pescado al horno Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ Huevo + Fruta	Pasta+ Pescado + Lácteo	Verdura+ carne+ Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Batido de chocolate y pan	Ensalada alemana Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan	Pasta s/g con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Lácteo y pan	Judías verdes rehogadas Pollo asado Patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	Arroz+ Pescado+ Lácteo
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Ensalada de pasta s/g Filete de pollo Patatas Gelatina y pan	Legumbre estofada Tortilla de queso Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Pescado al horno Ensalada Fruta y pan	Pasta s/g con tomate Filete de ternera Ensalada Lácteo y pan	Ensalada mixta Salchichas de pavo con tomate y patatas chips Refrescos y Lácteo
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Arroz + carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + Fruta
DÍA 21		DÍA 22			
					¡FELIZ VERANO!



**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 sin pescado ni marisco- Junio 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Ave + Lácteo
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Espagueti boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Tortilla francesa Zanahoria baby Batido de fresa y pan	Salmorejo Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan integral	Crema de zanahoria Cinta de lomo Puré de patata Zum de naranja natural y pan	DÍA 7
Propuesta Cenas	Verdura + carne+ Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ Huevo + Fruta	Pasta+ verduras+ Lácteo	DÍA 8
					Ensalada campera sin atún Filete de ternera Ensalada Helado y pan
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Batido de chocolate y pan	Ensalada alemana Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan integral	Macarrones con tomate Cinta de lomo Champiñones rehogados Lácteo y pan	DÍA 14
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura+ carne+ Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Huevo+ Fruta	DÍA 15
					Judías verdes rehogadas Albóndigas en salsa Patatas Fruta y pan
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Ensalada de pasta sin atún Escalope de pollo Patatas Gelatina y pan	Legumbre estofada Tortilla de queso Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan integral	Coditos con tomate Hamburguesa de ternera Ensalada Lácteo y pan	DÍA 21
Propuesta Cenas	Verdura + carne+ Lácteo	Arroz + verduras+ Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	DÍA 22
					Ensalada mixta (sin atún) Perrito caliente con patatas chips Refrescos y Helado  <b>¡FELIZ VERANO!</b>



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 prot. de leche de vaca ni pescado- Junio 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + Ave + Postre s/l
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Espagueti boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Tortilla francesa Zanahoria baby Yogur de soja y pan	Salmorejo Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan integral	Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zum de naranja natural y pan	DÍA 7
Propuesta Cenas	Verdura + carne+ Postre s/l	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ Huevo + Fruta	Pasta+ verduras + Postre s/l	DÍA 8
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Yogur de soja y pan	Ensalada alemana Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan integral	Macarrones con tomate Cinta de lomo Champiñones rehogados Yogur de soja y pan	DÍA 14
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura+ carne+ Postre s/l	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	DÍA 15
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Ensalada de pasta sin atún Escalope de pollo Patatas Gelatina y pan	Legumbre estofada Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan integral	Coditos con tomate Filete de ternera Ensalada Yogur de soja y pan	DÍA 21
Propuesta Cenas	Verdura + carne+ Postre s/l	Arroz + verduras + Fruta	Patata + Huevo + Postre s/l	Verdura + Ave + Fruta	DÍA 22
					Ensalada mixta (sin atún) Salchichas de pavo con tomate y patatas chips Refrescos y Yogur de soja <b>¡FELIZ VERANO!</b>



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 prot. de leche de vaca, pescado-marisco ni huevo- Junio 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Lentejas estofadas Filete de pollo Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + carne + Postre s/l
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Pasta s/hvo boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Filete de ternera Zanahoria baby Yogur de soja y pan	Salmorejo (sin huevo) Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan integral	Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zum de naranja natural y pan	Ensalada campera sin atún ni huevo Filete de ternera Ensalada Yogur de soja y pan
Propuesta Cenas	Verdura + carne+ Postre s/l	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ carne + Fruta	Pasta+ verduras + Postre s/l	Verdura+ Ave+ Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Yogur de soja y pan	Ensalada de patata, cebolla, pepinillo y tomate Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Lentejas estofadas Ensalada completa (sin huevo ni atún) Fruta y pan integral	Pasta s/hvo con tomate Cinta de lomo Champiñones rehogados Yogur de soja y pan	Judías verdes rehogadas Pollo asado Patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + carne + Fruta	Verdura+ carne+ Postre s/l	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	Arroz+ verduras+ Postre s/l
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Ensalada de pasta s/hvo sin atún Filete de pollo Patatas Gelatina y pan	Legumbre estofada Ensalada completa (sin huevo ni atún) Fruta y pan	Crema de verdura Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan integral	Pasta s/hvo con tomate Filete de ternera Ensalada Yogur de soja y pan	Ensalada mixta (sin huevo ni atún) Salchichas de pavo con tomate y patatas chips Refrescos y Yogur de soja
Propuesta Cenas	Verdura + carne+ Postre s/l	Arroz + verduras + Fruta	Patata + Ave+ Postre s/l	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Arroz + Fruta
DÍA 21		DÍA 22			
					¡FELIZ VERANO! 

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- Junio 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1				
					Patatas estofadas Filete de pollo Ensalada Fruta y pan				
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Postre s/l				
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6		DÍA 7		DÍA 8	
	Pasta s/hvo boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Yogur de soja y pan	Salmorejo (sin huevo) Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan	Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zumo de naranja natural y pan	Ensalada campera (sin huevo) Pescado al horno Ensalada Yogur de soja y pan				
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Postre s/l	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ carne + Fruta	Pasta+ Pescado + Postre s/l	Verdura+ carne+ Fruta				
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13		DÍA 14		DÍA 15	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Yogur de soja y pan	Ensalada de patata, cebolla, pepinillo y tomate Salchichas de pavo Zanahoria baby Fruta y pan	Patatas estofadas Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan	Pasta s/hvo con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Yogur de soja y pan	Judías verdes rehogadas Pollo asado Patatas Fruta y pan				
Propuesta Cenas	Verdura +carne + Fruta	Verdura+ Pescado+ Postre s/l	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	Arroz+ Pescado+ Postre s/l				
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20		DÍA 21		DÍA 22	
	Ensalada de pasta s/hvo Filete de pollo Patatas Gelatina y pan	Legumbre estofada Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Pescado al horno Ensalada Fruta y pan	Pasta s/hvo con tomate Filete de ternera Ensalada Yogur de soja y pan	Ensalada mixta sin huevo Salchichas de pavo con tomate y patatas chips Refrescos y Yogur de soja ¡FELIZ VERANO! 				
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Postre s/l	Arroz + carne + Fruta	Patata + Ave + Postre s/l	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + 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 legumbre ni frutos secos- Junio 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1	
					Patatas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan	
Propuesta Cenas					Verdura + Pescado + Lácteo	
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8
	Espagueti boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Pescado al horno Zanahoria baby Batido de fresa y pan	Salmorejo Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan	Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zumo de naranja natural y pan	Ensalada campera Pescado al horno Ensalada Lácteo y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ Huevo + Fruta	Pasta+ Pescado + Lácteo	Verdura+ carne+ Fruta	
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Batido de chocolate y pan	Ensalada de patata, cebolla, pepinillo y tomate Cinta de lomo Zanahoria baby Fruta y pan	Patatas estofadas Tortilla francesa Ensalada Fruta y pan	Macarrones con tomate Palometa al horno Champiñones rehogados Lácteo y pan	Crema de zanahoria Pollo asado Patatas Fruta y pan	
Propuesta Cenas	Verdura + Huevo + Fruta	Verdura+ Pescado+ Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	Arroz+ Pescado+ Lácteo	
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	DÍA 21	DÍA 22
	Ensalada de pasta Filete de pollo Patatas Gelatina y pan	Patatas estofadas Tortilla de queso Ensalada Fruta y pan	Crema de verdura Pescado al horno Ensalada Fruta y pan	Códigos con tomate Filete de ternera Ensalada Lácteo y pan	Ensalada mixta Bocadillo de pollo con tomate con patatas chips Refrescos y Lácteo ¡FELIZ VERANO!	
Propuesta Cenas	Verdura + Pescado+ Lácteo	Arroz + carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Verdura + Ave + 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



# Menú sin pescado, legumbre, huevo ni maíz- Junio 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Patatas estofadas Filete de pollo Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + carne + Lácteo
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Pasta s/hvo boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Filete de ternera Zanahoria baby Batido de fresa y pan	Salmorejo (sin huevo) Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan integral	Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zumo de naranja natural y pan	Ensalada campera (sin huevo ni atún) Filete de ternera Ensalada Lácteo y pan
Propuesta Cenas	Verdura + carne+ Lácteo	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ carne + Fruta	Pasta+ verduras + Lácteo	Verdura+ carne+ Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Batido de chocolate y pan	Ensalada de patata, cebolla, pepinillo y tomate Filete de ternera Zanahoria baby Fruta y pan	Patatas estofadas Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan integral	Pasta s/hvo con tomate Ensalada completa (sin huevo,maíz ni atún) Lácteo y pan	Crema de zanahoria Pollo asado Patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + carne + Fruta	Verdura+ Ave+ Lácteo	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	Arroz+ verduras+ Lácteo
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Ensalada de pasta s/hvo sin atún Filete de pollo Patatas Gelatina y pan	Patatas estofadas Ensalada completa (sin huevo, maíz ni atún) Fruta y pan	Crema de verdura Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan integral	Pasta s/hvo con tomate Filete de ternera Ensalada Lácteo y pan	Ensalada mixta sin huevo ni atún Bocadillo de pollo con tomate y patatas chips Refrescos y Lácteo
Propuesta Cenas	Verdura + carne+ Lácteo	Arroz + verduras+ Fruta	Patata + Ave + Lácteo	Verdura + carne + Fruta	Verdura + Arroz+ Fruta
DÍA 21		DÍA 22			
					¡FELIZ VERANO! 

LÁCTEOS SIN HUEVO NI SOJA  
 NO SE UTILIZARÁ HARINA DE MAÍZ NI MAÍZ EN SÍ

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- Junio 2018

Colegio Leopoldo Calvo Sotelo

					DÍA 1
					Patatas estofadas Filete de pollo Ensalada Fruta y pan
Propuesta Cenas					Verdura + carne + Postre s/l
DÍA 4		DÍA 5		DÍA 6	
	Pasta s/hvo boloñesa Ragout de pavo Ensalada Fruta y pan	Arroz con verduras Filete de ternera Zanahoria baby Yogur de soja y pan	Salmorejo (sin huevo) Pollo asado Arroz blanco Fruta y pan	Crema de zanahoria Cinta de lomo Patatas Zum de naranja natural y pan	Ensalada campera sin atún ni huevo Filete de ternera Ensalada Yogur de soja y pan
Propuesta Cenas	Verdura + carne+ Postre s/l	Verdura + Ave + Fruta	Patata+ carne + Fruta	Pasta+ verduras + Postre s/l	Verdura+ Ave+ Fruta
DÍA 11		DÍA 12		DÍA 13	
	Arroz con tomate Pollo al ajillo Ensalada Yogur de soja y pan	Ensalada de patata, cebolla, pepinillo y tomate Cinta de lomo Zanahoria baby Fruta y pan	Patatas estofadas Ensalada completa (sin huevo ni atún) Fruta y pan	Pasta s/hvo con tomate Cinta de lomo Champiñones rehogados Yogur de soja y pan	Crema de zanahoria Pollo asado Patatas Fruta y pan
Propuesta Cenas	Verdura + carne + Fruta	Verdura+ carne+ Postre s/l	Patata + Ave + Fruta	Verdura+ Carne+ Fruta	Arroz+ verduras+ Postre s/l
DÍA 18		DÍA 19		DÍA 20	
	Ensalada de pasta s/hvo sin atún Filete de pollo Patatas Gelatina y pan	Patatas estofadas Ensalada completa (sin huevo ni atún) Fruta y pan	Crema de verdura Cinta de lomo Ensalada Fruta y pan	Pasta s/hvo con tomate Filete de ternera Ensalada Yogur de soja y pan	Ensalada mixta (sin huevo ni atún) Bocadillo de pollo con tomate con patatas chips Refrescos y Yogur de soja
Propuesta Cenas	Verdura + carne+ Postre s/l	Arroz + verduras + Fruta	Patata + Ave+ Postre s/l	Verdura + Ave + Fruta	Verdura + Arroz + Fruta
DÍA 21		DÍA 22			
					¡FELIZ VERANO! 

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA (NO melocotón ni derivados)

ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maiz, 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