

C.E.I.P. BAÑADEROS, MENU 2018-2019



OCTUBRE				
DIAS	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	POSTRE	kcal
L-1	Crema de zanahorias	Espirales con salsa de tomate y atún	Fruta natural	720,52
M-2	Potaje de lentejas	Hamburguesas de pollo con verduras salteadas	Fruta natural	762,95
X-3	Papas, judías y fideos	Atún en adobo con ensalada	Fruta natural	727,74
J-4	Ensalada mixta	Arroz con huevo, papas fritas, salchichas y salsa de tomate	Fruta natural	744,89
V-5	Sopa juliana	Carne mechada con papas sancochadas	Yogur	727,48
L-8	Potaje de berros	Pollo en salsa con verdura salteada	Fruta natural	704,74
M-9	Sopa de pollo con letras	Pescado empanado con ensalada	Fruta natural	701,07
X-10	Crema de verduras	Plumas a la boloñesa	Fruta natural	730,32
J-11	Rehogado de granos	Tortilla española con rodajas de tomate natural	Yogur	720,74
L-15	Crema de espinacas	Arroz amarillo con pescado y verduras	Fruta natural	696,34
M-16	Potaje de acelgas	Escalope con ensalada mixta	Fruta natural	702,46
X-17	Crema de calabacines	Coditos con atún y salsa de tomate	Fruta natural	720,52
J-18	Crema de zanahorias	San jacobos con rodajas de tomate	Fruta natural	718,83
V-19	Ensalada mixta	Ropa vieja	Yogur	701,07
L-22	Potaje de berros	Nuggets de pollo con rodajas de tomate	Fruta natural	695,05
M-23	Crema de calabacines	Croquetas de pescado con ensalada variada	Fruta natural	737,05
X-24	Ensalada	Arroz blanco y judías rehogadas	Fruta natural	680,10
J-25	Rancho	Revuelto de huevos con jamón y verduras salteadas	Fruta natural	698,32
V-26	Crema de calabaza	Estofado de ternera con verduras y papas dado	Yogur	726,42
L-29	Ensalada mixta	Arroz con huevo, papas fritas, salchichas y salsa de tomate	Fruta natural	744,89
M-30	Potaje de verduras	Tallarines al pomodoro	Fruta natural	728,78
X-31	Sopa de pollo	Tacos de pescado fritos con papas sancochadas y mojo verde	Fruta natural	725,86

El menú está sujeto a posibles modificaciones por causas ajenas al servicio

Todos los menús van acompañados de pan y agua.

Nota: Valoración (aproximada, en 100 gr) para un escolar con necesidades energéticas de 2.000 kcal./ día

CONSEJO: Comer, siempre que sea posible, juntos y en la mesa.