

MENÚ DEL MES DE ABRIL DEL CURSO ESCOLAR 2013/14

DIA	1º PLATO	2º PLATO	PAN	POSTRE	Calorías	Proteína	Grasa	Hidratos de carbono
M - 01/04/14	Lentejas con arroz	Merluza en salsa verde con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Integral	Fruta IV gama	644,9	13,1	28,4	58,4
X - 02/04/14	Judías verdes aliñadas con huevo duro, patatas y cebolla	Coditos con tomate y queso rallado	Pan ECO	Yogur sabor	647,3	16,4	28,8	54,8
J - 03/04/14	Arroz a la cubana	Limanda al horno con menestras de verduras	Blanco	Fruta IV gama	706,2	14,4	28,1	57,5
V - 04/04/14	Sopa de picadillo con cabello de ángel	Pollo al horno en salsa de champiñones	Integral	Fruta IV gama	629,5	12,7	29,8	57,5
L - 07/04/14	Crema de verduras	Magro de cerdo con tomate y patatas dado	Integral	Fruta IV gama	651,1	11,1	29,9	59,1
M - 08/04/14	Potaje de judías con chorizo	Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco	Blanco	Fruta ECO	644,9	14,4	29,2	56,4
X - 09/04/14	Ensalada de pasta	Cazón al horno con zanahorias salteadas	Integral	Fruta IV gama	661,6	14,1	30,1	55,8
J - 10/04/14	Puchero de verduritas	Tortilla de patatas con tomate aliñado	Blanco	Fruta IV gama	641,1	16	29,8	54,2
V - 11/04/14	Arroz cocido con tomate frito	Albóndigas en salsa amarilla con patatas dado	Integral	Fruta IV gama	613,7	15,6	28,1	56,9
SEMANA SANTA								
L - 21/04/14	Espirales con tomate y queso rallado	Salchichas de pollo con ensalada de lechuga, tomate y cebolla	Integral	Fruta IV gama	671,1	16	29,9	54,1
M - 22/04/14	Lentejas estofadas	Limanda al horno en salsa con menestra	Blanco	Fruta IV gama	635,6	15,5	28,6	55,9
X - 23/04/14	Crema de zanahorias	Pollo al horno con patatas dados	Pan ECO	Fruta IV gama	648,6	14	28,8	57,2
J - 24/04/14	Potaje de garbanzos con verduras	Tortilla francesa con tomate aliñado	Blanco	Fruta IV gama	703,4	13,5	28,6	57,9
V - 25/04/14	Ensalada de patata, naranja ,cebolla y atún	Tilapia al horno con pisto manchego	Integral	Yogur sabor	701,2	12,1	29,6	58,3
L - 28/04/14	Arroz caldoso con verduras y pollo	Figuritas de merluza con tomate aliñado	Integral	Fruta IV gama	635,4	14,3	29,1	56,6
M - 29/04/14	Potaje de judías con chorizo	Huevo duro con pipirrana	Blanco	Fruta IV gama	711,2	13,6	28,1	58,3
X - 30/04/14	Cazuela de fideos con pollo	Limanda al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz	Pan ECO	Fruta IV gama	696,4	13,2	28,7	58,1
J - 01/05/14	DÍA DEL TRABAJO							

Todos los menús van acompañados de agua suministrada al centro por la empresa abastecedora de la localidad.



Los menús están elaborados por Elisa Gracia Vázquez, Dietista - Nutricionista, AND - 219, Miembro de AEDN Y ADUNDA.

Aprobado por SANCYD, Órgano consultivo perteneciente a la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía.

Tel. 952414130 - oficina@cateringperearojas.es

Pueden consultar el menú en nuestra página web www.cateringperearojas.es – Sugerencias: controldecalidad@cateringperearojas.es