



AIZEA supervisa el equilibrio nutricional de este menú

JUNIO 2017



Se suministran menús específicamente adaptados a las necesidades de los alumnos afectados de alergias o intolerancias alimentarias.

Se dispone de información sobre la declaración obligatoria de las sustancias y productos susceptibles de causar alergias e intolerancias correspondientes a este menú.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>1º SEMANA</b>					
<b>KCalorias</b>				<b>Arroz tres delicias</b> Rice with minced ham, little piece of omelette, peas and onion	<b>Crema de verduras y hortalizas</b> Vegetables cream
Proteínas				<b>Filete de merluza romana ensalada de lechuga y zanahorias</b> Breade hake fillet with tomato and lettuce and carrots salad	<b>Escalopines de cerdo con patatas dado</b> Pork scallops with potatoes
Grasas				<b>*Este menu contiene huevo, pescado, leche/lactosa y gluten</b>	<b>*Este menu contiene leche/lactosa, soja, sulfitos, apio, huevo y gluten</b>
AGS					
Hidratos				HELADO /Ice cream   PAN Y AGUA/Bread and water	FRUTA/ Fruit   PAN Y AGUA /Bread and water
<b>2º SEMANA</b>	5	6	7	8	9
<b>KCalorias</b>	<b>Lentejas estofadas con pimiento y cebolla</b> Lentil stew with pepper and onion	<b>Caldereta de patatas con pescado</b> Potato stew with fish	<b>Ensalada de verano</b> (tomate, lechuga, maíz, jamón, manzana, zanahoria) Summer salad (tomato, lettuce, corn, ham, apple, carrot)	<b>Coditos napolitana con tomate y queso</b> Napolitan coditos with tomato and cheese	<b>Sopa de estrellas con picadillo</b> Star soup with minced
Proteínas					
Grasas					
AGS					
Hidratos					
	<b>Huevos con patatas</b> Eggs with potatoes <b>*Este menu contiene huevo y gluten</b>	<b>Cinta de lomo empanada con ensalada mixta</b> Breaded strip loin with mixed salad <b>*Este menu contiene pescado, huevo y gluten</b>	<b>Pollo asado al limón con patatas</b> Roasted lemon chicken with potatoes <b>*Este menu contiene leche/lactosa, soja y gluten</b>	<b>Merluza rebozada con ensalada de lechuga y zanahoria</b> Breaded hake with lettuce and carrots salad <b>*Este menu contiene huevo, leche/lactosa, pescado y gluten</b>	<b>Filetes rusos</b> (carne mista de cerdo y ternera) <b>en salsa cazadora con puré de patatas</b> Ground beef steak in sauce with mashed potatoes <b>*Este menu contiene huevo, leche/lactosa, soja, sulfitos y gluten</b>
	FRUTA/ Fruit   PAN Y AGUA /Bread and water	FRUTA/ Fruit   PAN Y AGUA /Bread and water	FRUTA/ Fruit   PAN Y AGUA /Bread and water	YOGUR/Yogurt   PAN Y AGUA/Bread and water	FRUTA/ Fruit   PAN Y AGUA /Bread and water
<b>3º SEMANA</b>	12	13	14	15	16
<b>KCalorias</b>	<b>Macarrones a la carbonara</b> Carbonara macarroni	<b>Crema de garbanzos, puerros y zanahorias</b> Chickpeas, leeks and carrots cream	<b>Judías verdes con tomate</b> Green beans with tomato	<b>Alubias blancas guisadas con chorizo, zanahoria, pimiento y cebolla</b> White beans stew with sausage, carrots, peppers and onion	<b>Paella de verduras con guisantes, zanahorias, judías verdes y pimientos</b> Paella with peas, carrots, green beans and peppers
Proteínas					
Grasas					
AGS					
Hidratos					
	<b>Lomos de cazon adobado con ensalada de lechuga y zanahoria</b> Cazon loins marinated with lettuce and carrots salad <b>*Este menu contiene huevo, leche/lactosa, soja, pescado y gluten</b>	<b>Dados de magro braseados con patatas cuadro</b> Braised lean pork dice with potatoes <b>*Este menu contiene leche/lactosa, soja, sulfitos y gluten</b>	<b>Milanesa de pollo con ensalada mixta</b> Milanese chicken with mixed salad <b>*Este menu contiene huevo y gluten</b>	<b>Filete de abadejo romana con ensalada de tomate</b> Breaded pollock fillet with tomato salad <b>*Este menu contiene soja, sulfitos, huevo, pescado, leche/lactosa y gluten</b>	<b>Empanadillas de atún con ensalada mixta</b> Little tuna pies with mixed salad <b>*Este menu contiene pescado, huevo y gluten</b>
	FRUTA/ Fruit   PAN Y AGUA /Bread and water	FRUTA/ Fruit   PAN Y AGUA /Bread and water	FRUTA/ Fruit   PAN Y AGUA /Bread and water	NATILLAS/Custard   PAN Y AGUA/Bread and water	FRUTA/ Fruit   PAN Y AGUA /Bread and water
<b>4º SEMANA</b>	19	20	21	<b>MENÚ FIN DE CURSO</b> 22	23
<b>KCalorias</b>	<b>Spaguettis a la marinera con tomate y gambas</b> Seafood spaguettis with tomato and prawns	<b>Lentejas guisadas con verduritas</b> Lentil stew with vegetables	<b>Crema de verduras frescas</b> Fresh vegetables cream	<b>Entremeses fríos y calientes</b> Hot and cold hors d'oeuvres	<b>VACACIONES</b>
Proteínas					
Grasas					
AGS					
Hidratos					
	<b>Tortilla de calabacín y patatas con ensalada de lechuga y zanahoria</b> Courgette and potato omelette with lettuce and carrots salad <b>*Este menu contiene huevo, crustaceos y gluten</b>	<b>Filete de pescadilla romana con ensalada mixta</b> Breaded whiting fillet with mixed salad <b>*Este menu contiene pescado, huevo y gluten</b>	<b>Albóndigas</b> (carne mixta de cerdo y ternera) <b>con tomate y patatas dado</b> Meatballs with tomato and potatoes <b>*Este menu contiene leche/lactosa, soja, sulfitos, huevo y gluten</b>	<b>Pizza de jamón y queso</b> Pizza with ham and cheese	
	FRUTA/ Fruit   PAN Y AGUA /Bread and water	FRUTA/ Fruit   PAN Y AGUA /Bread and water	FRUTA/ Fruit   PAN Y AGUA /Bread and water	PAN Y AGUA /Bread and water	