



AIZEA supervisa el equilibrio nutricional de este menú

SEPTIEMBRE 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
1º SEMANA					8
KCalorías 646 Proteínas 23g Grasas 27.1g AGS 5.9g Hidratos 73.2g					Spaguettis napolitana Napolitan spaguettis Tortilla de jamón con ensalada mixta Ham omelette with mixed salad *Este menu contiene huevo, lactosa, soja, sulfitos y gluten FRUTA/Fruit PAN Y AGUA/ Bread and water
2º SEMANA	11	12	13	14	15
KCalorías 670 Proteínas 30,7g Grasas 23.1g AGS 5.5g Hidratos 78.5g	Arroz marinero con pescado y marisco Seafood rice with fish and seafood Huevos con pisto Eggs with vegetables *Este menu contiene pescado, moluscos, crustaceos, huevo y gluten FRUTA/Fruit PAN Y AGUA/ Bread and water	Estofado de alubias blancas con panceta White beans stew with bacon Pollo braseado con ensalada verde Braised chicken with green salad *Este menu contiene soja, sulfitos y gluten FRUTA/Fruit PAN Y AGUA/ Bread and water	Ensalada de pasta Pasta salad Filete de abadejo con tomate y patatas Haddock fillet with tomato and potatoes *Este menu contiene huevo, leche/lactosa, soja, pescado, sulfitos y gluten FRUTA/Fruit PAN Y AGUA/ Bread and water	Crema de calabacín Courgette cream Albóndigas (carne mixta cerdo y ternera) en salsa con patatas Meatballs in sauce with potatoes *Este menu contiene soja, huevo, leche/lactosa, sulfitos y gluten NATILLAS/Custard PAN Y AGUA/ Bread and water	Cocido madrileño completo Chickpeas stew (Sopa, garbanzos, repollo, carne, chorizo, morcilla) (soup, chickpeas, cabbage, meat, sausage, blood sausage) *Este menu contiene huevo, soja, lactosa y gluten FRUTA/Fruit PAN Y AGUA/ Bread and water
3º SEMANA	18	19	20	21	22
KCalorías 632 Proteínas 34,5g Grasas 25.5g AGS 4.8g Hidratos 61,9g	Lentejas guisadas con verduritas Lentil stew with vegetables Tortilla española con ensalada de tomate Spanish omelette with tomato salad *Este menu contiene huevo, sulfitos y gluten FRUTA/Fruit PAN Y AGUA/ Bread and water	Espirales carbonara Carbonara spirals Cazon a la gaditana con ensalada mixta Breaded cazon with mixed salad *Este menu contiene huevo, lactosa, soja, pescado, sulfitos y gluten FRUTA/Fruit PAN Y AGUA/ Bread and water	Sopa de ave con fideos Chicken and noodles soup Magro con jardinera de verduras y patata Lean meat with vegetables and potato *Este menu contiene huevo, soja y gluten FRUTA/Fruit PAN Y AGUA/ Bread and water	Judías verdes rehogadas con patata Sauteed green beans with potato Escalope de pollo con ensalada de lechuga y maíz Chicken escalope with lettuce and corn *Este menu contiene huevo, sulfitos y gluten GELATINA/Jelly PAN Y AGUA/ Bread and water	Arroz blanco con salsa de tomate y dados de york Rice white with tomato sauce and diced york Lomos de pescadilla al limón con ensalada de lechuga y zanahoria Lemon whiting loins with lettuce and carrots salad *Este menu contiene lactosa, soja, pescado, huevo, sulfitos y gluten FRUTA/Fruit PAN Y AGUA/ Bread and water
4º SEMANA	25	26	27	28	29
KCalorías 604 Proteínas 23,7g Grasas 20,2g AGS 5,2g Hidratos 77,3g	Coditos al gratén Gratin coditos Tortilla paisana con ensalada mixta Peasant omelette with mixed salad *Este menu contiene huevo, lactosa, sulfitos y gluten FRUTA PAN Y AGUA	Brocoli con ajada Broccoli with ajada Cinta de lomo con puré de patata Strip loins with mashed potatoes *Este menu contiene lactosa, huevo, soja, sulfitos y gluten FRUTA/Fruit PAN Y AGUA/ Bread and water	Arroz murciano con verduras Murcia rice with vegetables Empanadillas de bonito con ensalada de lechuga y zanahoria Little tuna pies with lettuce and carrots salad *Este menu contiene pescado, huevo, sulfitos y gluten FRUTA/Fruit PAN Y AGUA/ Bread and water	Patatas riojanas Rioja stew potatoes Merluza romana con ensalada de tomate Breaded hake with tomato salad *Este menu contiene leche/lactosa, soja, pescado, huevo, sulfitos y gluten YOGUR/Yogurt PAN Y AGUA/ Bread and water	Crema de puerros Leeks cream Filetes rusos (carne mixta cerdo y ternera) con patatas Ground beef steak with potatoes *Este menu contiene soja, leche/lactosa, huevo, sulfitos y gluten FRUTA/Fruit PAN Y AGUA/ Bread and water