

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
		1 Festivo	02 Pasta hervida Filete de abadejo al caldo corto Fruta de temporada	03 Crema de patata Muslo de pollo rustido al horno Fruta de temporada
06 Sopa de ave con fideos Muslo de pollo rustido al horno Fruta de temporada	07 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Filete de merluza al limón al horno Fruta de temporada	08 Pasta hervida Pechuga de pollo a la plancha Fruta de temporada	09 Arroz blanco al horno Fiambre de york y queso Yogur natural	10 Crema de zanahoria Tortilla francesa Fruta de temporada
13 Crema de patata y zanahoria Pechuga de pollo en su jugo Fruta de temporada	14 Pasta hervida Filete de merluza al horno Fruta de temporada	15 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Muslo de pollo rustido al horno Fruta de temporada	16 Arroz hervido Tortilla francesa Fruta de temporada	17 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Muslo de pollo asado al horno Fruta de temporada
20 Crema de patata Pechuga de pollo al limón Fruta de temporada	21 Pasta hervida Abadejo al vapor Fruta de temporada	22 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Tortilla francesa Fruta de temporada	23 Arroz blanco al horno Filete de merluza al horno Yogur natural	24 Sopa de ave con letras Muslo de pollo asado al horno Fruta de temporada
27 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Filete de abadejo al caldo corto Fruta de temporada	28 Pasta hervida Tortilla francesa Fruta de temporada	29 Crema de patata Muslo de pollo al horno Fruta de temporada	30 Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Pechuga de pollo en su jugo con patata asada Yogur natural	31 Arroz hervido Filete de merluza al limón al horno Fruta de temporada

Actividades did@ctiX

La importancia del cuidado

“Menú fiesta del verano en la colmena”

Sabías que...

En IRCO, todos los días más Sostenibles. Todos los días, PAN.ECO.

MAYO FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, fresa, pera y plátano.

Consejos saludables

El día 20 de mayo se celebra el Día Mundial de las Abejas, por los beneficios que nos aportan con su polinización. Aprovechemos la oportunidad que brindan las abejas para disfrutar de las diferentes frutas/verduras de temporada.

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta en tu centro.