

Mayo 2023



CEIP VIRGEN DEL CARMEN

Infantil y Primaria

CATERING 45

Enseñar a comer

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
1		2		3		4		5	
FIESTA		Espaguetis al pesto Bocadillos de bacalao Ensalada de lechuga, remolacha y maíz Fruta de Temporada Cena: Tosta con hummus y pechuga finas hierbas. Fruta 828.89 KC 22.32 PR 101.88 HC 27.31 LP 4.25 GS		Lentejas ECO riojana Tortilla con pavo Ensalada Morada (lech, lomb, pep) Yogur Cena: Champiñones salteados y pescado a la plancha. Fruta 665.47 KC 38.29 PR 61.39 HC 26.27 LP 7.42 GS		Arroz 3 deliciosos (york, tort, guis) Merluza al horno con calabacin Ensalada de lech, zanah, y acelunas Fruta de Temporada Cena: Sopa y pollo al ajillo. Fruta 804.00 KC 27.44 PR 114.54 HC 24.17 LP 4.10 GS		Potaje de garbanzos Lomo adobado al horno Ensalada Romana (lech, queso, zanah) Helado Cena: Crema de calabaza y tortilla campesina. Fruta 740.24 KC 37.93 PR 70.62 HC 26.01 LP 8.88 GS	
8	Crema de coliflor y pera Magro en salsa con arroz Ensalada mediterránea (lech,lom,espárrag) Yogur Cena: Calabacin a la plancha y tortilla con cebolla. Fruta 580.46 KC 31.37 PR 59.56 HC 22.10 LP 6.70 GS	9	Olla de alcantilla ECO Longanizas con zanahoria salteada Ensalada lechuga, zanah, pepino Fruta de Temporada Cena: Consomé y pizza vegetal. Fruta 923.12 KC 39.73 PR 81.00 HC 39.71 LP 11.59 GS	10	Sopa marinera con fideos Rustidera de pollo Ensalada lechuga, remolacha y tomate Fruta de Temporada Cena: Alcachofas salteadas y cuscús con especias. Fruta 536.98 KC 26.20 PR 69.75 HC 15.01 LP 3.23 GS	11	Aubias ECO con verduras Tortilla campesina Ensalada Verde (lechuga, pepino, olivas) Fruta de Temporada Cena: Acelgas hervidas y pollo al horno. Fruta 610.86 KC 23.55 PR 55.56 HC 21.68 LP 4.50 GS	12	Macarones al pomodoro Fogonero con guisantes rehogados Ensalada de lechuga, tomate y maíz Helado Cena: Verduras al horno y lomo a la plancha. Fruta 656.12 KC 34.33 PR 82.72 HC 19.02 LP 4.64 GS
15		16		17	Guisado de pavo Gallineta con calabaza salteada Ensalada de lechuga, zanah, y lomb. Yogur Cena: Coliflor hervida y filete de ternera plancha. Fruta 462.50 KC 31.62 PR 57.41 HC 19.70 LP 5.31 GS	18	Crema de legumbres Pollo estilo cajún Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de Temporada Cena: Patata al horno y berenjena rellena. Fruta 613.29 KC 30.05 PR 61.26 HC 19.74 LP 4.04 GS	19	Arroz a banda Pizza casera Catering 45 Ensalada lechuga, remol, y brotes soja Helado Cena: Pisto al horno y brocheta de pescado. Fruta 868.85 KC 32.78 PR 135.13 HC 21.40 LP 7.54 GS
FIESTA		Fabada asturiana Cazón encebollado Ensalada lechuga, zanah y brotes soja Yogur Cena: Crema de verduras y pechuga de pavo plancha. Fruta 599.38 KC 46.40 PR 24.07 HC 18.84 LP 5.70 GS		24	Sopa con estrellitas Pollo a la cazuela Ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta de Temporada Cena: Brocheta de verduras y revuelto de ajos tiernos. Fruta 801.20 KC 36.37 PR 63.88 HC 20.15 LP 4.97 GS	25	Coditos a la Toscana Rollitos de pavo y queso Ensalada de lech, zanah, remolacha Fruta de Temporada Cena: Chips de boniato y pollo al horno. Fruta 825.11 KC 34.63 PR 97.47 HC 30.78 LP 12.10 GS	26	Garbanzos a la mediterránea Tortilla de patata Ensalada de lechuga, aceit y lombarda Helado Cena: Verduras salteadas y pescado a la plancha. Fruta 736.64 KC 29.66 PR 70.45 HC 33.39 LP 7.60 GS
22	Coliflor gratinada al horno Abondigas a la jardinera Ensalada de lech, espárragos, lombarda Fruta de Temporada Cena: Sopa de sémola y nuevas al plato. Fruta 593.35 KC 18.23 PR 57.84 HC 27.72 LP 6.50 GS	30	Crema de guisantes Ventresca con ratatouille Ensalada de lechuga, zanah, y lomb. Fruta de Temporada Cena: Wok de verduras y pavo en salsa. Fruta 521.91 KC 10.07 PR 62.67 HC 12.13 LP 2.00 GS	31		Todos los jueves el menú se servirá con pan integral.		Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos	
29	Sopa con lluvia Lomo fresco con menestra Ensalada siciliana (lech,tom,olivas) Fruta de Temporada Cena: Crema de verduras y pescado al horno. Fruta 773.10 KC 29.87 PR 63.44 HC 41.64 LP 11.80 GS			MENÚ ESPECIAL					

ECO: Legumbres procedentes de cultivo ecológico
Fruta del tiempo: kiwi, naranja, plátano, manzana y pera.

Alérgenos de declaración obligatoria.

