



CEIP VISTAHERMOSA

MAYO

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 Arroz con tomate y huevo Judías verdes con jamón Fruta, rebanada de pan 650 kcal 15% P 56% HC 29% LIP 1 3	5 Lentejas con verduras y patata Boquerón en tempura Fruta, rebanada de pan 670 kcal 17% P 52% HC 31% LIP 1 3 12 4	6 Espirales con verduras eco y tacos de jamón york Longanizas a la plancha Fruta, rebanada de pan 700 kcal 18% P 50% HC 32% LIP 1 3 6 10 12	7 Sopa de pescado con fideos Hamburguesa de ternera con patatas de luxe al horno Fruta rebanada de pan 720 kcal 17% P 48% HC 35% LIP 1 3 6 10 4 14 2	8 Ensalada de garbanzos con huevo duro Pollo al horno Natillas rebanada de pan 740 kcal 21% P 44% HC 35% LIP 1 12 3 7
11 Lentejas con verduras y patatas Croquetas de pollo Fruta, rebanada de pan 650 kcal 16% P 54% HC 30% LIP 1 12 4 14 2 3	12 Arroz 3 delicias Salchichas a la plancha Fruta, rebanada de pan 720 kcal 16% P 49% HC 35% LIP 1 3 12	13 Tallarines con bacon Tortilla de queso Fruta, rebanada de pan 700 kcal 18% P 53% HC 29% LIP 1 3 6 10 7	14 Fideua Lomo de cerdo adobado Fruta, rebanada de pan 620 kcal 18% P 52% HC 30% LIP 1 3 6 10 12 4 14 2	15 Puré de calabaza eco con picatostes Limanda al horno con patatas panadera Flan, rebanada de pan 720 kcal 22% P 45% HC 35% LIP 1 12 4 7
18 Espagueti con carne picada y tomate Tortilla de calabacín Fruta, rebanada de pan 700 kcal 18% P 52% HC 30% LIP 1 3 6 10	19 Lentejas con arroz y verduras pollo a la plancha con tomate Fruta, rebanada de pan 625 kcal 20% P 50% HC 30% LIP 1 12	20 Patatas a la riojana Fogonero en salsa Fruta, rebanada de pan 760 kcal 17% P 47% HC 36% LIP 1 12 4	21 Arroz de pollo con verduras Huevos rellenos Fruta, rebanada de pan 730 kcal 22% P 46% HC 32% LIP 1 4 3 12	22 Sopa de fideos Complemento de cocido Helado, rebanada de pan 780 kcal 18% P 50% HC 32% LIP 1 3 6 10 7
25 Guisado de pollo con verduras Tortilla de patata Fruta, rebanada de pan 730 kcal 20% P 49% HC 31% LIP 1 12 3	26 Puré de verduras Aletas de pollo Fruta, rebanada de pan 750 kcal 18% P 46% HC 36% LIP 1 12	27 Lentejas con verduras y jamón Merluza a la romana Fruta, rebanada de pan 680 kcal 17% P 53% HC 30% LIP 1 12 4 3	28 Macarrones con tomate y atún Salmon al horno con patatas Fruta, rebanada de pan 770 kcal 22% P 49% HC 29% LIP 1 12 4 3	29 Menú AMERICANO Fingers de queso Hamburguesa completa con chips Yogur, rebanada de pan 850 kcal 18% P 52% HC 30% LIP 1 7 12 3

TODOS LOS DÍAS SE SERVIRA ENSALADA COMO PRIMER PLATO

