



CEIP EL MOLÍ

COLESTEROL

MAYO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			2	3
			Montadito de aceite de oliva y pimentón dulce	Ensalada de verduras de temporada
			Ensalada valenciana con huevo y atún	Garbanzos con verduras
			Arroz con sepietas (fondo de lonja)	Pechuga de pollo a la plancha
			Fruta	Fruta
6	7	8	9	10
Ensalada de verduras de temporada	Ensalada con fruta	Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada
Sopa de fideos	Lentejas ECO con verduras	Crema de calabacín	Arroz a la cubana (tomate natural) con huevo duro	Espaguetis integrales con cebolla y champiñones
Pechuga de pollo con verduras	Tortilla de patatas (cocidas) con queso fresco	Solomillo de cerdo con manzana laminada al horno	Pota de calamar con salsa griega casera	Merluza a las finas hierbas con guisantes
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta
13	14	15	<b>DÍA MUNDIAL DE LOS CELIACOS 16</b>	
Montadito de pan con aceite de oliva	Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	Ensalada con fruta	Ensalada de verduras de temporada
Ensalada César con pollo y queso fresco (sin salsa)	Potaje de garbanzos	Espirales con verduras	Alubias con verduras	Patatas riojana (vegetales)
Fideos secos de la huerta	Tortilla de calabacín	Salmón a la naranja con patatas asadas	Dados de pollo especiados con curry con noddle de arroz	Bacalao al horno con tomate y cebolla asados
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta
20	21	22	<b>JORANADA HAWAIANA 23</b>	
Ensalada de verduras de temporada	Daditos de queso fresco	Ensalada de verduras de temporada	<b>Ensalada con maíz</b>	Ensalada de verduras de temporada
Lentejas con verduras	Ensalada de alubias con atún	Espaguetis con tomate aderezado, atún y aceitunas	<b>ARROZ FRITO HAWAIANO VEGETAL</b>	Crema de verduras y legumbres
Tortilla de calabacín con pan tumaca	Jamoncitos de pollo con zanahoria y cebolla	Merluza al limón con judías verdes	<b>ALITAS DE POLLO ESPECIADAS AL HORNO</b>	Pizza casera vegetal
Fruta	Fruta	Fruta	<b>PIÑA EN SU JUGO</b>	Fruta
27	28	29	30	31
Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	Patatas gajo especiadas (horno)
Empedrado de legumbres	Macarrones integrales con tomate y queso	Puré de verduras de temporada	Lentejas con calabaza y arroz integral	Ensalada completa con aguacate
Pavo salteado con verduras	Gallineta a la meniere con salteado de verduras	Pollo con chips de verduras caseras	Rape en salsa	Hamburguesa mixta con tomate natural y queso fresco
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Postre especial permitido

