

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: Mayo 2024

- Nombre del Colegio - CEIP JOAQUIN COSTA DE GRAUS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>		<p>1</p> <p>FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>Arroz (integral) con pollo al curry Albóndigas de merluza y pota en salsa con salteado de verduras Yogur y pan integral</p>	<p>3</p> <p>Crema de calabacín Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>
<p>6</p> <p>Pasta integral a la napolitana Delicias de bacalao con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p>	<p>7</p> <p>Garbanzos estofados con verduras Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral</p>	<p>8</p> <p>Crema de zanahoria con manzana Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>9</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Filete de Jurel con pisto Yogur y pan integral</p>	<p>10</p> <p>Arroz tres delicias Estofado de pavo con verduritas Fruta y pan</p>
<p>13</p> <p>Arroz hortelano con legumbres con verduras Huevos con mayonesa de atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>14</p> <p>Crema de champiñones Albóndigas con tomate con patatas dado Fruta y pan integral</p>	<p>15</p> <p>Menestra de verduras salteadas Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>16</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tilapia a la donostiarra con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan integral</p>	<p>17</p> <p>Pasta con salsa de zanahoria Jamoncitos de pollo al homo Fruta y pan</p>
<p>20</p> <p>Salteado de borraja con patatas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>21</p> <p>Vichyssoise de garbanzos Pastel de salmón con tomate sobre patata al romero Fruta y pan integral</p>	<p>22</p> <p>Arroz integral con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>23</p> <p>Guiso de lentejas con manzana Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan integral</p>	<p>24</p> <p>Sopa de pasta Pechugas empanadas con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>
<p>27</p> <p>Puré de patata, puerro y zanahorias Hamburguesa mixta con arroz salteado Fruta y pan</p>	<p>28</p> <p>Paella de verduras Palometa empanada con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral</p>	<p>29</p> <p>Salteado de menestra de verduras al ajo tostado Contramuslo deshuesado al horno con ajo y perejil con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>30</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de Jamón cocido con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral</p>	<p>31</p> <p>Ensalada de pasta Rabas de calamar con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>