

MES: Mayo 2021

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
3 FESTIVO 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	4 Paella de verduras Croquetas de jamón con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	5 Cocido de garbanzos Fritura de pescado a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	6 Salmorejo con huevo duro Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Fruta	7 Pasta al pomodoro Filete de merluza en salsa verde con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	8 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	9 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	VE: 3671/878 GT: 41 GS: 7 HC: 106 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 3
10 Puré de zanahoria con picatostes integrales Contramuslo de pollo al limón con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Arroz 2º Huevos con Legumbres y Lácteos	11 Sopa de pasta con huevo y jamón Revuelto de bacalao con patatas con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	12 Gazpacho con guarnición Albóndigas con tomate con patatas fritas Yogur y pan integral (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	13 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo) Tortilla francesa de jamón york con tomate aliñado Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	14 Macarrones con boloñesa de chorizo con queso Nuggets de pescado con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	15 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	16 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	VE: 2885/690 GT: 21 GS: 4 HC: 96 AZ: 22 PROT: 40 SAL: 2
17 Arroz salteado Lomo asado con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	18 Sopa de picadillo con huevo y jamón Filete de merluza en salsa americana con piriñaca (picadillo de tomate) Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Legumbres 2º Carne con Arroz y Lácteos	19 Ensalada de pasta Pechuga de pollo empanada con menestra de verduras salteadas Natillas y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	20 Salmorejo Tortilla de patatas con pisto Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	21 Crema de calabacín con picatostes integrales Pescado a la andaluza con piriñaca (picadillo de tomate) Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Lácteos	22 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	23 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	VE: 2850/682 GT: 23 GS: 4 HC: 94 AZ: 22 PROT: 37 SAL: 3
24 Sopa de ave con pasta Hamburguesa al horno con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral	25 Gazpacho Contramuslo de pavo en salsa con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral	26 Macarrones con salsa de tomate con queso Lomo adobado con ensalada de lechuga Helado y pan integral	27 FERIA DE CÓRDOBA	28 FERIA DE CÓRDOBA	29	30	VE: 3125/748 GT: 27 GS: 6 HC: 99 AZ: 30 PROT: 44 SAL: 3
31 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo) Varitas de merluza con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos							VE: 3735/894 GT: 30 GS: 3 HC: 131 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 3

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES