

MENÚ ESCOLAR ABRIL 2023

Semana:	LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
1ª	SEMANA SANTA				
	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
2ª	*MACARRONES CON SALSA DE TOMATE FRITO Y QUESO RALLADO	ESTOFADO DE LENTEJAS	*PUCHERO DE POLLO CON APIO, PUERRO, ZANAHORIAS, PATATA Y ARROZ	GAZPACHO (TOMATE, CEBOLLA, PIMIENTO, PEPINO Y AJO)	*CREMA DE VERDURAS (CALABACÍN, APIO Y PUERRO)
	*PAVÍA DE MERLUZA Y ENSALADA BUFFET	POLLO PLANCHA CON CHAMPIÑÓN SALTEADO	*TORTILLA CON ESPINACAS SALTEADAS	*CARRILLADA DE CERDO ESTOFADA CON PATATAS AL HORNO	*PIZZA MARGARITA DE JAMÓN COCIDO Y QUESO
	*PAN BLANCO/ FRUTA DE TEMPORADA	*PAN BLANCO/FRUTA DE TEMPORADA	*PAN BLANCO/FRUTA DE TEMPORADA	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE TEMPORADA	*PAN BLANCO/ *PRODUCTO LÁTEO
	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
3ª	ARROZ CON SALSA DE TOMATE FRITO	*CREMA MULTIVERDURAS	POTAJE DE HABICHUELAS BLANCAS CON VERDURAS (PIMIENTO, TOMATE, CEBOLLA)	*ENSALADA DE PASTA CON MAÍZ, HUEVO DURO, TOMATE CHERRY Y JAMÓN COCIDO	*SOPA DE POLLO CON VERDURAS Y ESTRELLITAS
	*CHOCOS FRITOS CON PIMIENTOS ASADOS	*REVUELTO DE PATATAS CON HUEVO	*SALCHICHAS AL JEREZ CON ALCACHOFAS SALTEADAS	*SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE Y AGUACATE	*CARNE MECHADA DE CERDO A LA CASTELLANA CON ENSALADA BUFFET
	*PAN BLANCO/FRUTA DE TEMPORADA	*PAN BLANCO/* PRODUCTOS LÁCTEOS	*PAN BLANCO/ PIÑA EN SU JUGO	*PAN INTEGRAL / FRUTA DE TEMPORADA	*PAN BLANCO/ FRUTA DE TEMPORADA
	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
4ª	*ESPAGUETIS CON SALSA DE PISTO O DE TOMATE FRITO	*CREMA DE VERDURAS (CALABACÍN, APIO Y PUERRO)	*SOPA DE POLLO CON ARROZ Y VERDURAS	*SALMOREJO	*BERZA DE GARBANZOS CON ACELGAS Y APIO
	*MERLUZA A LA MARINERA	*LAGRIMITAS DE POLLO CON CUSCÚS	*HUEVO CON SALSA DE TOMATE FRITO CASERO	*LASAÑA DE CARNE DE TERNERA PICADA CON SALSA DE TOMATE FRITO, BECHAMEL Y QUESO	*FILETE DE GALLO CON ZANAHORIAS ALIÑADAS
	*PAN BLANCO/FRUTA DE TEMPORADA	*PAN BLANCO/ FRUTA DE TEMPORADA	*PAN BLANCO/* PRODUCTO LÁCTEO	*PAN INTEGRAL / FRUTA DE TEMPORADA	*PAN BLANCO/ *POSTRE CASERO



El menú basal está elaborado por Mercedes Recio, Dietista - Nutricionista, Colegiada Nº AND00103
*Se pueden presentar cambios en el menú del comedor según necesidades de cocina o alimentos de temporada

Menú con información disponible en materia de alergias e intolerancias alimentarias según "Reglamento (EU) nº1169/2011

CON (*) AQUELLOS PLATOS EN LOS QUE ENTRE SUS INGREDIENTES SE ENCUENTRAN ALÉRGICOS A DECLARAR, CONSULTAR PARA OFRECER UNA ALTERNATIVA SIMILAR AL PLATO OFERTADO



Practica ejercicio físico diario

Come de todos los grupos de alimentos, evitando el consumo de comida rápida o alimentos procesados, azúcares, refrescos y golosinas

Consume 5 raciones al día entre frutas y verduras, incluye cereales y lácteos

Desayuna y evita el sedentarismo

EL MENÚ VA ACOMPAÑADO DE BUFFET DE ENSALADAS DIARIO