



COLEGIO NTRA. SRA. DEL SAGRADO CORAZÓN

MENÚ ESCOLAR - ABRIL 2022 - 3 AÑOS

				VIERNES 1
				PATATAS GUIADAS (14) con verduras BONDIGAS MERLUZA (1,2,3,4,7, ENSALADA CON REMOLACHA YOGUR (7)
LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
CREMA DE VERDURA (14) LACÓN A LA GALLEGA ENSALADA CON ACEITUNAS FRUTA	LENTEJAS (14) MERLUZA EN Salsa VERDE (4) PATATAS FRITAS YOGUR (7)	PASTOS A LA ITALIANA (1, 3, 6) SALCHICHAS FRANKFURT (6) ENSALADA CON MAÍZ FRUTA	SOPA DE COCIDO (1,3,14) COMPLEMENTO DE COCIDO pollo, patatas, zanahoria panzos, ternera, chorizo FRUTA	DÍA NO LECTIVO
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
DÍA NO LECTIVO	ARROZ CON TOMATE VARITAS DE MERLUZA (1,4) GUISANTES REHOGADOS (14) YOGUR (7)	CREMA DE CALABACÍN (14) CINTA LOMO SAJONIA (6) PATATA CUADRO FRUTA	FIDEUÁ (1,3,6,7) POLLO AL AJILLO ENSALADA CON REMOLACHA FRUTA	ALUBIAS BLANCAS (14) con verduras TORTILLA DE PATATA (3) ENSALADA CON ZANAHORIA YOGUR (7)
LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
JUDÍAS VERDES (14) con jamón SALCHICHA DE PAVO CON TOMATE (4) ENSALADA CON MAÍZ FRUTA	CREMA DE CALABACÍN (14) MERLUZA EMPANADA (1,2,3,4,7, PATATAS FRITAS YOGUR (7)	SOPA DE COCIDO (1,3,14) COMPLEMENTO DE COCIDO pollo, patatas, zanahoria panzos, ternera, chorizo FRUTA	PATATAS GUIADAS (4,14) con pescado PASTOS VILLARROY (1,2,3,4,6,7,9,10,11) ENSALADA CON TOMATE FRUTA	LENTEJAS (14) SALMÓN AL LIMÓN (4) ENSALADA CON SOJA (6) YOGUR (7)

DANDO CUMPLIMIENTO A LA NORMATIVA 1169/2011 AL CONSUMIDOR PASAMOS A INFORMARLES DE LOS 14 ALERGENOS DEL MENÚ DEL COMEDOR CON SUS DISTINTAS LEYEN

1-GLUTEN

4-PESCADO

7-LECHE

10-APIO

13-MOLUSCOS

2-CRUSTACEOS

5-FRUTOS DE CASCARA

8-CACAHUETES

11-SESAMO

14-SULFITOS

3-HUEVO

6-SOJA

9-MOSTAZA

12-ALTRAMUCES

Estimados padres:

Les apuntamos las propiedades nutritivas del menú basal.

VIERNES 1

Kilocalorías	##
Lípidos	16
Proteínas	23
Hidratos carbono	67

LUNES 4

Kilocalorías	511
Lípidos	20
Proteínas	23
Hidratos carbono	51

MARTES 5

Kilocalorías	773
Lípidos	24
Proteínas	46
Hidratos carbono	82

MIÉRCOLES 6

Kilocalorías	777
Lípidos	27
Proteínas	38
Hidratos carbono	89

JUEVES 7

Kilocalorías	769
Lípidos	28
Proteínas	23
Hidratos carbono	96

MARTES 19

Kilocalorías	728
Lípidos	23
Proteínas	23
Hidratos carbono	112

MIÉRCOLES 20

Kilocalorías	510
Lípidos	13
Proteínas	23
Hidratos carbono	69

JUEVES 21

Kilocalorías	712
Lípidos	18
Proteínas	41
Hidratos carbono	86

VIERNES 22

Kilocalorías	##
Lípidos	26
Proteínas	29
Hidratos carbono	74

LUNES 25

Kilocalorías	610
Lípidos	27
Proteínas	21
Hidratos carbono	63

MARTES 26

Kilocalorías	620
Lípidos	26
Proteínas	30
Hidratos carbono	63

MIÉRCOLES 27

Kilocalorías	777
Lípidos	27
Proteínas	38
Hidratos carbono	89

JUEVES 28

Kilocalorías	627
Lípidos	17
Proteínas	17
Hidratos carbono	91

VIERNES 29

Kilocalorías	##
Lípidos	25
Proteínas	38
Hidratos carbono	69

