

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

**MES:** Mayo 2021

**COLEGIO:** SANTA MARIA DEL PRADO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p><b>3</b></p> <p>Salteado de guisantes con jamón Chuleta de Sajonia con patatas fritas Fruta y pan Sautéed peas with ham Kassler with french fries Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p><b>4</b></p> <p>Lentejas estofadas con verduras Croquetas de pollo Yogur y pan Stewed lentils Chicken croquettes Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>5</b></p> <p>Espaguetis a la napolitana Tortilla de york y queso con ensalada de lechuga, maíz y quinoa Fruta y pan Napolitan spaghetti York and cheese omelette with lettuce salad with sweetcorn &amp; quinoa Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)</p>	<p><b>6</b></p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p><b>7</b></p> <p>Arroz tres delicias Merluza en salsa marinera con zanahorias salteadas Fruta y pan Three jewel rice Hake with sauce with sautéed carrots Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p><b>8</b></p> <p>1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p><b>9</b></p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta 1º Vegetable 2º Egg with Legumes and Fruit 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3549/849 GT: 29 GS: 5 HC: 112 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 2</p>
<p><b>10</b></p> <p>Sopa de letras Albóndigas de pollo con tomate con salteado de verduras Helado y pan Pasta soup Chicken meatballs in tomato sauce with sautéed vegetables Ice cream and bread (* 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p><b>11</b></p> <p>Crema de zanahoria Lacón a la gallega Fruta y pan Carrot soup Lacón pork shoulder with potatoes Fruit and bread (* 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p><b>12</b></p> <p>Arroz con magro Lomos de jurel a la andaluza con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral Pork loin with rice Andalusian style horse mackerel loins with lettuce &amp; tomatoes Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p>	<p><b>13</b></p> <p><b>JG D.O. CANARIAS</b> Rancho canario Pata asada con papas fritas Plátano de Canarias con caramelo y chocolate y pan Canary island stew Roast loin with french fries Banana with caramel and chocolate and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>14</b></p> <p>Espirales a la boloñesa Revuelto de champiñones con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Bolognese pasta spirals Scrambled eggs with mushrooms with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p>	<p><b>15</b></p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Fruit 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>16</b></p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Cold cuts with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>VE: 3003/718 GT: 22 GS: 5 HC: 99 AZ: 26 PROT: 36 SAL: 3</p>
<p><b>17</b></p> <p>Judías verdes con tomate Pollo en pepitoria con patatas fritas Yogur y pan Green beans with tomatoe Chicken fricassee with french fries Yoghurt and bread (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>18</b></p> <p>Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan Stewed lentils Spanish omelette with lettuce salad with tomato and sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p>	<p><b>19</b></p> <p>Coditos gratinados Filete de merluza en salsa verde con guisantes salteados Fruta y pan Grilled elbow macaroni Hake in green sauce with sautéed peas Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p><b>20</b></p> <p>Crema de puerros Escalope de cerdo con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Fruta y pan Cream of leek Pork escalope (breaded steak) with lettuce, tomato and carrot salad Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p>	<p><b>21</b></p> <p>Alubias estofadas con verduras Gratinado de salmón y patatas a lo pobre Fruta y pan Beans with vegetables Salmon and poor potatoes gratin Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>22</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Fruit 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p><b>23</b></p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Vegetable 2º Fish with Rice and Dairy 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3293/788 GT: 23 GS: 5 HC: 109 AZ: 27 PROT: 39 SAL: 2</p>
<p><b>24</b></p> <p>Patatas estofadas con costillas Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta y pan Rib &amp; potato stew Grilled hamburger with lettuce, carrot &amp; sweetcorn Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p><b>25</b></p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p>	<p><b>26</b></p> <p>Macarrones a la carbonara Timbal de dorada y patatas panadera al orégano Fruta y pan integral Macaroni in carbonara sauce Bream timbale and oregan roasted potatoes Fruit and wholemeal bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p>	<p><b>27</b></p> <p><b>DÍA NACIONAL DEL CELIACO</b> Arroz negro Revuelto de picadillo con ensalada de lechuga y tomate Bizcocho casero y pan (sin gluten) Black rice Scrambled eggs with meat with lettuce &amp; tomatoes Homemade cake and bread (gluten free) (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)</p>	<p><b>28</b></p> <p>Coliflor salteada Pollo asado al limón con patatas fritas Helado y pan Sautéed cauliflower Roasted lemon chicken with french fries Ice cream and bread (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p><b>29</b></p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Dairy 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p><b>30</b></p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Dairy 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>VE: 3368/806 GT: 28 GS: 7 HC: 104 AZ: 29 PROT: 39 SAL: 2</p>
<p><b>31</b></p> <p>Lentejas estofadas con verduras Estofado de pavo con pisto Yogur y pan Stewed lentils Turkey stew with ratatouille Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)</p>				<p>Tienen a su disposición la información de los alérgenos en el teléfono 913751860 y en <a href="mailto:elgustodecrecer@aramark.es">elgustodecrecer@aramark.es</a></p>			<p>VE: 3769/902 GT: 30 GS: 9 HC: 110 AZ: 19 PROT: 51 SAL: 4</p>

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

**VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)**