































MENÚ MAYO 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		2 Verdura del tiempo	3 Lentejas estofadas	4 MENÚ ESPECIAL FIESTAS DEL COLE
		Calamares a la Romana con ensalada    Fruta del tiempo Kcal aprox.:585,7/761,9	Albondigas en salsa de tomate  Fruta del tiempo Kcal aprox: 595,6/766,1	
7 Sopa de cocido con garbanzos  San Jacobo con ensaladas variadas   Fruta del tiempo Kcal aprox:591,6/761,9	8 Lentejas a la jardinera Filete ruso en salsa de la abuela  Fruta del tiempo Kcal aprox: 595,3/766,1	9 Paella mixta Pollo asado con ensalada Fruta del tiempo Kcal aprox: 602,7/774,1	10 Fideuá  Merluza estilo Orio  Fruta del tiempo Kcal aprox: 596,8/768,0	11 Vichyssoise Lomo a la plancha con ensalada Postre lácteo  Kcal aprox: 589,3/762,7
14 Alubias blancas Croquetas de bacalao con ensalada de tomate     Fruta del tiempo Kcal aprox.: 598,7/769,9	15 Verdura del tiempo Pechuga de pollo al horno con ensalada  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 595,3/768,1	16 Arroz con tomate Redondo asado en salsa de setas Fruta del tiempo Kcal aprox.: 597,0/768,2	17 Puré de verduras Albondigas en salsa de tomate  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 586,4/759,3	18 Espagueti carbonara  Pescado en salsa italiana  Postre lácteo  Kcal aprox: 596,8/768,9
21 Garbanzos con jamón Tordilla con ensalada  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 589,3/760,5	22 Paella mixta Merluza empanada con ensalada   Fruta del tiempo Kcal aprox.: 596,7/767,9	23 Verdura del tiempo Estofado de ternera Fruta del tiempo Kcal aprox: 587,7/759,0	24 Macarrones al ajillo  Pollo asado con patatas Fruta del tiempo Kcal aprox: 603,8/775,6	25 Crema de calabacín Sajonia a la plancha con ensalada Postre lácteo  Kcal aprox:585,5/759,6
28 Menestra de verduras Pechuga de pollo al horno con mix de ensaladas  Fruta del tiempo Kcal aprox.:595,3/768,1	29 Lacitos a la boloñesa  Merluza a la Romana con guarnición  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 597,8/769,9	30 Lentejas con jamón  Albondigas en salsa española  Fruta del tiempo Kcal aprox.: 595,3/766,1	31 Ensalada de arroz Cinta de lomo en salsa de champiñones Fruta del tiempo Kcal aprox:590,2/761,2	1

***COMO GUARNICIÓN DEL SEGUNDO PLATO SIEMPRE HAY DISPONIBLE ENSALADA.**

**** HAY PAN COMO ACOMPAÑAMIENTO PARA TODOS LOS COMENSALES**

***** LAS CALORÍAS REFLEJAN VALORES ORIENTATIVOS, BASADOS EN LAS INDICACIONES DE LA GUÍA DE COMEDORES ESCOLARES DE LA COMUNIDAD DE ARAGÓN. LAS CIFRAS ESTÁN REFERIDAS PARA LOS TRAMOS DE EDAD DE 3 a 8 AÑOS y de 9 a 13.**

NOTA: El menú puede sufrir alguna variación según la disponibilidad de género en el mercado.

DIETAS ESPECIALES: Avisar en secretaría antes de las 11:00 ALERGIAS/INTOLERANCIAS: Indicarlo por escrito al encargado del comedor

Según el Reglamento (UE) nº 1169/2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, a partir de ahora se informará en el menú de la presencia de sustancias que pueden provocar alergias o intolerancias alimentarias



Si hemos comido ...	Podemos cenar ...
Cereales/féculas/legumbre	Hortalizas crudas o verduras cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta	Fruta o lácteo
Lácteo	Fruta

