

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
C.E.I.P. NUESTRA SEÑORA DEL VAL – ABRIL / APRIL 2016				
- Arroz blanco con salsa de tomate - Merluza empanada c/ calabacín a la plancha - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Rice in tomato sauce Breaded hake with grilled marrow Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 4	- Judías blancas guisadas con verduras - Tortilla de york con rodajas de tomate - Yogur - Pan y agua <i>Stewed beans with vegetables Ham omelette with tomato salad Yogurt Bread and water</i> Cal: 755-Pro:35 5	- Sopa de ave con fideos - Cinta de lomo con patatas panadera - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Chicken soup Pork loin with potatoes Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 720-Pro:35 6	- Judías verdes rehogadas con jamón - Palometa al horno con lechuga y zanahoria - Flan casero - Pan y agua <i>Stewed green beans with ham Grilled fish with salad Cream caramel Bread and water</i> Cal: 719-Pro:36 7	- Patatas guisadas con magro - Rabas de calamar con lechuga - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Stewed potatoes with pork Fried squid with salad Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 755-Pro:35 1
- Espaguetis con tomate y salchichas - Platija empanada con guisantes rehogados - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Spaghetti in tomato sauce with sausages Breaded fish with peas Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 11	- Sopa de cocido con fideos - Cocido completo: garbanzos, carne, repollo, etc - Yogur - Pan y agua <i>Cocido soup Cocido: cheackpeas, meat, etc. Yogurt Bread and water</i> Cal: 883-Pro:53,2 12	- Patatas guisadas con chorizo - Caella al ajillo con lechuga - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Stewed potatoes with chorizo Fish in garlic sauce with salad Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 755-Pro:35 13	- Crema de calabacín - Albóndigas a la jardinera con patatas fritas - Natillas caseras - Pan y agua <i>Marrow cream Meatballs in sauce with fries Custard Bread and water</i> Cal: 719-Pro:36 14	- Arroz guisado con pollo y verduras - Tortilla de queso con lechuga y tomate - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Stewed rice with chicken and vegetables Cheese omelet with salad Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 15
- Coditos con salsa de tomate y atún - Sabrosos de merluza rebozados con lechuga - Melocotón en almíbar y leche - Pan y agua <i>Pasta in tomato sauce and tuna Fried hake with salad Peach in syrup and milk Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 18	- Menestra de verduras - Jamoncitos de pollo en salsa con patatas cocidas - Yogur - Pan y agua <i>Mixed vegetables Chicken legs in sauce with potatoes Yogurt Bread and water</i> Cal: 719-Pro:36 19	- Sopa de pescado con cazón - Escalopines de ternera con zanahorias baby - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Fish soup Veal filets with carrots Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 720-Pro:35 20	- Lentejas guisadas con zanahoria - Tortilla de bonito con lechuga y tomate - Mousse de limón - Pan y agua <i>Stewed lentils with carrots Tuna omelette with salad Lemon mousse Bread and water</i> Cal: 755-Pro:35 21	- Crema de puerros - Tilapia al horno con patatas fritas - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Leak cream Grilled fish with fries Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 719-Pro:36 22
- Macarrones carbonara con nata y bacon - Bacalao rebozado con verduras salteadas - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Macaroni carbonara Breaded codfish with vegetables Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 25	- Sopa de cocido - Cocido completo: garbanzos, carne, repollo, etc - Danonino - Pan y agua <i>Cocido soup Cocido: cheackpeas, meat, etc. Danonino Bread and water</i> Cal: 883-Pro:53,2 26	- Crema de verduras naturales - Abadejo al horno con champiñones - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Vegetables cream Grilled fish with mushrooms Natural fruit and milk Bread and water</i> Cal: 719-Pro:36 27	- Patatas guisadas con calamares - Cinta de lomo con rodajas de tomate - Natillas - Pan y agua <i>Stewed potatoes with squid Pork loin with tomato salad Custard Bread and water</i> Cal: 755-Pro:35 28	Menú especial de cumpleaños (Arroz blanco con tomate / Perrito caliente con patatas chips / Helado) Special birthday meal (Rice in tomato sauce / Hot dog with chips / Ice cream) 29

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos.

La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar.

Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes **alérgenos**: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, leche, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato.

NOTAS: - Las calorías y proteínas, están valoradas en base a una ración aproximada de 200 gr.

- La fruta diaria es natural y variada según la época del año: naranja, pera, mandarina, manzana, etc...