

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
DÍA NO LECTIVO FREE DAY 6	- Arroz blanco con salsa de tomate - Rabas de calamar con calabacín plancha - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Rice in tomato sauce</i> <i>Tuna "empanadillas" with grilled marrow</i> <i>Natural fruit and milk</i> <i>Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 7	- Judías blancas guisadas con verduras - Tortilla de york con rodajas de tomate - Yogur y fruta natural - Pan y agua <i>Stewed beans with vegetables</i> <i>Ham omelette with tomato salad</i> <i>Yogurt and natural fruit</i> <i>Bread and water</i> Cal: 755-Pro:35 8	- Sopa de ave con fideos - Cinta de lomo con patatas panadera - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Chicken soup</i> <i>Pork loin with potatoes</i> <i>Natural fruit and milk</i> <i>Bread and water</i> Cal: 720-Pro:35 9	- Judías verdes rehogadas con jamón - Merluza al horno con lechuga y zanahoria - Flan casero y fruta - Pan y agua <i>Stewed green beans with ham</i> <i>Grilled hake with salad</i> <i>Cream caramel and fruit</i> <i>Bread and water</i> Cal: 719-Pro:36 10
- Espaguetis con tomate y salchichas - Caella al ajillo con zanahorias baby - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Spaghetti in tomato sauce with sausages</i> <i>Fish in garlic sauce with carrots</i> <i>Natural fruit and milk</i> <i>Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 13	- Sopa de cocido con fideos - Cocido completo: garbanzos, carne, repollo, etc - Yogur y fruta natural - Pan y agua <i>Cocido soup</i> <i>Cocido: cheackpeas, meat, etc.</i> <i>Yogurt and natural fruit</i> <i>Bread and water</i> Cal: 883-Pro:53,2 14	- Patatas guisadas con magro - Filete de solla al horno con guisantes - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Stewed potatoes with pork</i> <i>Grilled sole with cheakpeas</i> <i>Natural fruit and milk</i> <i>Bread and water</i> Cal: 755-Pro:35 15	- Crema de calabacín - Albóndigas a la jardinera con patatas fritas - Natillas caseras y fruta - Pan y agua <i>Marrow cream</i> <i>Meatballs in sauce with fries</i> <i>Custard and fruit</i> <i>Bread and water</i> Cal: 719-Pro:36 16	- Arroz guisado con pollo y verduras - Tortilla de patatas con lechuga y tomate - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Stewed rice with chicken and vegetables</i> <i>Fried squid with salad</i> <i>Natural fruit and milk</i> <i>Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 17
- Coditos con salsa de tomate y atún - Chispas de merluza rebozadas con lechuga - Melocotón en almibar y leche - Pan y agua <i>Pasta in tomato sauce and tuna</i> <i>Fried fish with salad</i> <i>Peach in syrup and milk</i> <i>Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 20	- Menestra de verduras - Cinta de lomo adobada con patatas fritas - Yogur y fruta natural - Pan y agua <i>Mixed vegetables</i> <i>Cordon Bleu with fries</i> <i>Yogurt and natural fruit</i> <i>Bread and water</i> Cal: 719-Pro:36 21	- Sopa de pescado con cazón - Escalopines de ternera con patata panadera - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Fish soup</i> <i>Veal filets with potatoes</i> <i>Natural fruit and milk</i> <i>Bread and water</i> Cal: 720-Pro:35 22	- Lentejas guisadas con chorizo - Tortilla de bonito con lechuga y tomate - Yogur y fruta natural - Pan y agua <i>Stewed lentils with chorizo</i> <i>Tuna omelette with salad</i> <i>Yogurt and natural fruit</i> <i>Bread and water</i> Cal: 755-Pro:35 23	- Crema de puerros - Filete de pollo a la plancha con champiñones - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Leak cream</i> <i>Chicken filet with mushrooms</i> <i>Natural fruit and milk</i> <i>Bread and water</i> Cal: 719-Pro:36 24
- Macarrones con tomate y chorizo - Merluza empanada con verduras salteadas - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Macaroni in tomato sauce with chorizo</i> <i>Breaded hake with vegetables</i> <i>Natural fruit and milk</i> <i>Bread and water</i> Cal: 737-Pro:25 27	- Sopa de cocido - Cocido completo: garbanzos, carne, repollo, etc - Danonino y fruta natural - Pan y agua <i>Cocido soup</i> <i>Cocido: cheackpeas, meat, etc.</i> <i>Danonino and natural fruit</i> <i>Bread and water</i> Cal: 883-Pro:53,2 28	- Crema de verduras naturales - Marrajo al horno con patatas panadera - Fruta natural y leche - Pan y agua <i>Vegetables cream</i> <i>Grilled fish with potatoes</i> <i>Natural fruit and milk</i> <i>Bread and water</i> Cal: 719-Pro:36 29	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) 30	

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...

C.E.I.P. NTRA. SRA. DEL VAL

ABRIL / APRIL 2015