



MENÚ BASAL

COLEGIOS

MAYO 2018

Revisado: María Rodríguez Estévez
 Técnico en Dietética y Nutrición
 Departamento de Calidad

<i>Lunes</i>		<i>Martes</i>		<i>Miércoles</i>		<i>Jueves</i>		<i>Viernes</i>	
		1 de mayo		2 de mayo		3 de mayo		4 de mayo	
		FESTIVO		Crema de zanahoria Jamón asado c/arroz Fruta		Sopa de letras (1) Estofado de pavo c/verduritas (12) Natillas (7)		Ensalada tropical (2,3,4) Bacalao al horno c/patata vapor(4) Fruta	
7 de mayo		8 de mayo		9 de mayo		10 de mayo		11 de mayo	
Lentejas estofadas Tortilla española c/ ensalada (3) Fruta		Crema de calabacín Paella de pollo (12) Yogur (7)		Sopa de fideos (1) Filete de merluza al limón c/ensalada (4) Fruta		Empanada de pollo (1) Albóndigas a la jardinera(12) Yogur (7)		Crema de verduras Fideuá de pescado (4,12,14) Fruta	
14 de mayo		15 de mayo		16 de mayo		17 de mayo		18 de mayo	
Judías con huevo (3) Guiso de carne (12) Flan (7)		Sopa de cuscús (1) Bacalao c/ arroz y verduritas (4) Fruta		Crema de calabaza Espaghetis bolognesa (1) Yogur (7)		FESTIVO		Ensalada de pasta (1,2,3) Muslito de pollo al horno c/menestra Fruta	
21 de mayo		22 de mayo		23 de mayo		24 de mayo		25 de mayo	
Ensalada primavera Lasaña de carne (1,2,3,7) Yogur (7)		Crema de zanahoria Lomo al horno c/ arroz Fruta		Ensaladilla rusa (2,3) Merluza a la romana c/ensalada(3) Yogur (7)		Potaje de alubias vegetal Filete ruso con arroz (12) Fruta		Empanada de atún (1,4) Fideos c/pollo y champiñones(1) Yogur (7)	
28 de mayo		29 de mayo		30 de mayo		31 de mayo			
Sopa de estrellas (1) Caldeirada de rape a la gallega(4) Fruta		Coditos con tomate (1) Churrasco c/ensalada Yogur (7)		Lentejas estofadas Tortilla española c/tomate(3) Fruta		Pizza de jamón y queso (1,7) Milanesa pollo c/ judías (3) Bizcocho casero (1,3)			

Alérgenos



1-GLUTEN



2- CRUSTACEOS



3- HUEVOS



4-PESCADO



5-CACAHUETES



6-SOJA



7-LACTEOS



8-FRUTOS SECOS



9-APIO



10-MOSTAZA



11-SESAMO



12- SULFITOS



13-ALTRAMUZ



14-MOLUSCOS

En Calidus nos preocupamos de su alimentación.