

MAYO | ESCOLA MONTCAU-LA MOLA

(Segundo ciclo de educación infantil)

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1P GUISES CON PATATA 2P ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA DE VERDURAS (12) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 7, T6, T10) PO FRUTA DEL TIEMPO	1P MACARRONES GRATINADOS (1, 3, 7, T3, T6, T10) 2P MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, MANZANA Y ZANAHORIA PO YOGUR (7)	1P ENSALADA DE LENTEJAS (atún, olivas negras, zanahoria y tomate) (1, 4) 2P TORTILLA DE JAMÓN (3) PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ARROZ SALTEADO CON VERDURITAS (cebolla, puerro, judía verde, zanahoria y champiñones) 2P POLLO RUSTIDO AL HORNO GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAÍZ PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABACÍN (con cebolla, puerro y patata) 2P PIZZA CASERA MARGRITA (1, 7, T6, T10) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, RABANITO Y ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO
2	3	4	5	6
1P PAELLA DE ARROZ 2P TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3) GU ENSALADA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P VICHYSSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7) 2P ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA (con carne picada y sofrito casero) (1, 12, T6, T10) PO YOGUR (7)	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P PAVO EN SALSA DE CHAMPIÑONES GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ENSALADA DE PATATA (con atún, tomate y olivas) (3, 4, T3) 2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3, 10) GU CRUDITES PO YOGUR (7)	1P GARBANZOS SALTEADOS CON SALSA DE TOMATE 2P PESCADO DE LONJA DE PROXIMIDAD (4) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO
9	10	11	12	13
1P FUSSILIS CON SALSA DE QUESOS (1, 7, T3, T6, T10) 2P BACALAO A LA GALLEGTA (al horno con cebolla y pimentón dulce) (2, 4, 14) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA DE CALABACÍN, PATATA Y CEBOLLA (3) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO YOGUR (7)	1P CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA 2P POLLO AL HORNO CON MANZANA (12) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y TOMATE PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ALUBIAS CON VERDURAS ASADAS 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GU PATATA PANADERA PO YOGUR (7)	1P MACARRONES AL GUSTO (dos salsa a elegir) (1, 7, T3, T6, T10) 2P HAMBRUGUESA MIXTA A LA PLANCHA (12) GU PATATAS CHIPS PO HELADO (7)
16	17	18	19	20



Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT002342)



Producto seco ecológico:
pasta, arroz, legumbre,
cuscús....



-  Gluten (1)
-  Crustáceos (2)
-  Huevo (3)
-  Pescado (4)
-  Cacahuete (5)
-  Soja (6)
-  Leche (7)
-  Fruitos secos (8)
-  Apio (9)
-  Mostaza (10)
-  Sesamo (11)
-  Sulfitos (12)
-  Altramujeres (13)
-  Moluscos (14)