

MENÚ PARA COLEGIOS CON CATERING



REGISTRO SANITARIO R.G.S.A. Nº 2604.937/TO

TELF/FAX 925.353.767 Autov. Madrid-Toledo Km 63.200 Olías del Rey Toledo

ABRIL 2021																			
LUNES 5				MARTES 6				MIÉRCOLES 7				JUEVES 8				VIERNES 9			
Macarrones con chorizo(1.7)				Lentejas castellanas (pat,zan,cho) (7)				Arroz con tomate				Sopa de fideos (1.7)				Crema de zanahoria			
Salope de jamón con ensalada de zanahoria (1.6.4.)				Tortilla francesa(1h) con ensalada de maiz(3)				Guadina en salsa con ensalada de remolacha(4)				Cordero completo (gar.pat,zan,jud,rep,ter) (7.1)				Cordero en salsa con ensalada de zanahoria (1.6.4.)			
Fruta				Fruta				Fruta				Fruta				Fruta			
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
871	31,9	85,9	35,9	911	52,45	69,2	40,9	859	45	69,5	45,6	984	33,5	112	41,6	653	36	33	47
LUNES 12				MARTES 13				MIÉRCOLES 14				JUEVES 15				VIERNES 16			
Paella de verduras				Sopa de fideos (1.7)				Macarrones con chorizo(1.7)				Crema de verduras (ace,pue,zan,esp)				Guisantes rehogados			
Cordero de atún y ensalada de maiz(1.6.4.)				Cordero completo (gar.pat,zan,jud,rep,ter) (7.1)				Guadina en salsa con ensalada de remolacha(4)				Cinta de lomo con ensalada de maiz (7)				Tortilla española (1h) y ensalada de zanahoria (1.6.4.)			
Fruta				Fruta				Fruta				Fruta				Fruta			
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
695	36,5	47,8	46,2	984	33,5	112	41,6	1008	44,9	96,7	55,9	650	40,3	36,4	40,5	637	42,1	33,7	30,1
LUNES 19				MARTES 20				MIÉRCOLES 21				JUEVES 22				VIERNES 23			
Caracolas con tomate (1)				Judías verdes rehogadas				Lentejas castellanas (pat,zan,cho) (7)				Crema de calabacín				Judías blancas estofadas			
Cordero de atún con ensalada de zanahorias (1.6.4.)				Albóndigas de ternera a la jardinera (1.3)				Rosada en salsa con ensalada de remolacha(4)				Ragout de ternera con verduras				Corderos Moll (1h) con ensalada de zanahorias (1.6.4.)			
Fruta				Fruta				Fruta				Fruta				Fruta			
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
375	21	39	10	784	39,8	53,7	44	719	34,9	59,9	35,6	681	27	71	43	971	53,6	62,5	67,7
LUNES 26				MARTES 27				MIÉRCOLES 28				JUEVES 29				VIERNES 30			
Lentejas con verduras				Judías verdes rehogadas				Espaguetis a la boloñesa(ternera picada)(1)				Sopa de fideos (1.7)				Arroz con tomate			
Tortilla española (1h) y ensalada de zanahoria (1.6.4.)				Pollo asado con patatas naturales				Cordero en salsa con ensalada de remolacha(4)				Cordero completo (gar.pat,zan,jud,rep,ter) (7.1)				Rosada en salsa con ensalada de remolacha(4)			
Fruta				Fruta				Fruta				Fruta				Fruta			
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
783	38,6	70	42,3	765	33,2	58,2	50,6	885	36,5	116,2	27,1	984	33,5	112	41,6	622	26,1	74,2	25,6
SUGERENCIAS CENAS																			
LUNES 5				MARTES 6				MIÉRCOLES 7				JUEVES 8				VIERNES 9			
Brócoli cocido				Espinacas con bechamel				Consomé				Crema de calabacín				Ensalada campera			
Cinta de lomo con ensalada de maiz				Abadejo a la plancha con lechuga				Cinta de lomo con ensalada de maiz				Empanada gallega				Calamares con lechuga			
LUNES 12				MARTES 13				MIÉRCOLES 14				MARTES 15				MIÉRCOLES 16			
Brócoli cocido				Ensalada campera				Crema de champiñón				Calabacín asado				Espinacas con bechamel			
Cinta de lomo con ensalada de maiz				Atún encabollado con tomate				Fiambre de pavo con ensalada				Calamares con lechuga				Abadejo a la plancha con lechuga			
LUNES 19				MARTES 20				MIÉRCOLES 21				JUEVES 22				VIERNES 23			
Espinacas con bechamel				Calabacín asado				Consomé				Brócoli salteado				Acelgas rehogadas			
Chuleta de cerdo con lechuga y tomate				Empanada gallega				Cinta de lomo con ensalada de maiz				Atún encabollado con tomate				Abadejo a la plancha con lechuga			
LUNES 26				MARTES 27				MIÉRCOLES 28				JUEVES 29				VIERNES 30			
Espinacas con bechamel				Crema de calabacín				Ensalada campera				Consomé				Crema parmentier			
Atún encabollado con tomate				Abadejo a la plancha con lechuga				Cinta de lomo con ensalada de maiz				Empanada gallega				Fiambre de pavo con ensalada			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten. 1	Cruelcecos. 2	Huevos. 3	Pescado. 4	Cacahuetes. 5	Soja. 6	Leche. 7	Frutos Secos cascara. 8	Apto. 9	Mostaza. 10	Sésamo. 11	Altramuzes. 12	Moluscos. 13	Diox. Azufre y sulfites. 14

Todos los menus estan elaborados con aceite de oliva virgen extra y sal yodada. Se sirve pan y agua, todos los dias.
La elaboracion de los primeros platos es cocida y de los segundos es en hornos de conveccion.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100

