

MENÚ DEL MES DE MAYO DE 2.019

	LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
DESAYUNO					Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Galletas "María".
BOCADILLO					Bocadillo de salchichón
COMIDA				Ensalada de garbanzos. Lasaña. Plátano y lácteo. Pan y agua.	Bolsa de viaje con: Bocadillo de jamón con tomate. Mandarina. Botella de agua de 33 cl.
MERIENDA				Fruta	
CENA				Sopa de pollo. Sandwich vegetal. Plátano y lácteo. Pan y agua.	

MENÚ DEL MES DE MAYO DE 2.019

	LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
DESAYUNO		Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Magdalenas.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Fruta: Manzana Ensaimada.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Fruta: Naranja Croissant.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Galletas "María".
BOCADILLO		Palmera de Chocolate	Bocadillo de jamón	Bocadillo de chorizo rojo	Bocadillo de jamón
COMIDA	Ensalada Cesar (lechuga, tomate, maíz, pollo cocido, salsa) Canelones Plátano. Pan y agua.	Lentejas con zanahoria. Marrajo con tomate natural. Manzana. Pan y agua.	Ensalada de judías blancas. Muslo de pollo al horno. Manzana y Lácteo Pan y agua.	Gazpacho (tomate, pepino, pimiento) Merluza rebozada con menestra de verduras. Naranja y lácteo. Pan y agua.	Bolsa de viaje con: Bocadillo de lomo con tomate. 2 mandarinas. Botella de agua de 33 cl.
MERIENDA	Bocadillo de Bacón ahumado	Fruta	Bocadillo de pechuga de pavo	Fruta	
CENA	Crema de calabaza. Salchichas de pollo al vino. Manzana Pan y agua.	Judías verdes hervidas con trocitos de jamón. Tortilla francesa con croquetas. Plátano. Pan y agua.	Patatas hervidas al ali-oli. Magro con tomate. Lácteo. Pan y agua.	Sopa. Pizza de atún. Cóctel de frutas. Pan y agua.	

MENÚ DEL MES DE MAYO DE 2.019

	LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
DESAYUNO		Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Magdalenas.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Fruta: Manzana Ensaimada.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Fruta: Naranja Croissant.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Galletas “María”.
BOCADILLO		Palmera de Chocolate	Bocadillo de jamón	Bocadillo de chorizo rojo	Bocadillo de nocilla
COMIDA	Ensalada de pasta. Pizza de Jamón york. Plátano. Pan y agua.	Salmorejo (Tomate, pan, ajo y aceite de oliva) Canelones. Pan y agua.	Ensalada mixta. Hamburguesa con queso. Naranja y lácteo. Pan y agua.	Arroz, huevo frito y tomate. Varitas de merluza. Pera y lácteo. Pan y agua.	Bolsa de viaje con: Bocadillo de calamares. Plátano. Botella de agua de 33 cl.
MERIENDA	Bocadillo de Bacón ahumado	Fruta	Bocadillo de pechuga de pavo	Fruta	
CENA	Ensalada de patata. Pollo empanado. Manzana. Pan y agua.	Puré de verduras. Sandwich mixto vegetal. Naranja. Pan y agua.	Gazpacho (Tomate, pepino y pimiento) Salmón a la plancha. Lácteo. Pan y agua.	Sopa de picadillo. Alitas de pollo con lechuga y tomate. Lácteo Pan y agua.	

MENÚ DEL MES DE MAYO DE 2.019

	LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
DESAYUNO		Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Magdalenas.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Fruta: Manzana Ensaimada.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Fruta: Naranja Croissant.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Galletas "María".
BOCADILLO		Bocadillo de chopped	Bocadillo de jamón	Bocadillo de mortadela	Bocadillo de paté de atún
COMIDA	Judías verdes hervidas con trocitos de jamón. Huevos con patatas. Plátano. Pan y agua.	Ensalada de tomate, lechuga, pepino y atún. Lasaña. Manzana. Pan y agua.	Sopa de fideos con pollo. Merluza a la plancha. Naranja y Lácteo Pan y agua.	Lentejas guisadas con patatas. Pollo empanado. Plátano y Lácteo. Pan y agua.	Bolsa de viaje con: Bocadillo de calamares. 2 mandarinas. Botella de agua de 33 cl.
MERIENDA	Bocadillo de paté finas hierbas	Bocadillo de salchichón.	Bocadillo de pechuga de pavo	Bocadillo de jamón york	
CENA	Ensalada mixta. Magro con tomate Manzana. Pan y agua.	Puré de verduras. Sandwich mixto vegetal. Naranja. Pan y agua.	Salteado montañés. Alitas de pollo con lechuga y tomate. Lácteo Pan y agua.	Pavo con verduras. Pizza cuatro quesos. Cóctel de frutas. Pan y agua.	

MENÚ DEL MES DE MAYO DE 2.019

	LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30	VIERNES 31
DESAYUNO		Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con mantequilla y mermelada. Magdalenas.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Fruta: Manzana Ensaimada.	Leche con colacao o con café descafeinado o zumo. Pan con tomate triturado y aceite de oliva. Galletas “María”.	
BOCADILLO		Bocadillo de chorizo rojo	Bocadillo de jamón	Bocadillo de nocilla	
COMIDA	Macarrones con carne picada. Filete de trucha a la plancha. Plátano. Pan y agua.	Ensalada de patata, zanahoria, aceitunas y pimiento rojo. Albóndigas de pollo. Plátano y Lácteo. Pan y agua.	Arroz a la cubana con huevo. Salchichas con tomate. 2 mandarinas. Pan y agua.	Bolsa de viaje con: Bocadillo de bacón con queso. Mandarina. Botella de agua de 33 cl.	
MERIENDA	Bocadillo de chopped.	Bocadillo de Bacón ahumado	Palmera de chocolate		
CENA	Menestra de verduras. Salmón a la plancha. Plátano y Lácteo. Pan y agua.	Ensalada de pasta. Tortilla francesa con atún. Plátano y lácteo. Pan y agua.	Menestra de verdura. Alas de pollo al horno. Manzana y Lácteo. Pan y agua.		

* EL ACEITE UTILIZADO EN LA ELABORACIÓN DE LAS COMIDAS ES ACEITE DE OLIVA “LOS MOLINOS” DE LA SOLANA.

* **ATENCIÓN A LAS FAMILIAS:** PARA LA ALIMENTACIÓN FUERA DEL COMEDOR ESCOLAR, CONVIENE SEGUIR LAS PAUTAS MARCADAS EN LA “GUÍA DE ALIMENTACIÓN PARA COMEDORES ESCOLARES”, DISPONIBLE EN: <http://pagina.jccm.es/sanidad/salud/promosalud/pdf/gcomedoresescolares.pdf>