

Menú Toledo in situ Mayo 2023

Sin Garbanzos - - Colegio Luis Solana (Métrida)

Lunes



1

Martes

2

- Lentejas Estofadas con Verduras
- Croquetas de Pollo
- Ensalada de Lechuga y Tomate
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Miércoles

3

- Macarrones con Tomate
- Merluza al Horno
- Zanahoria Dado
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Jueves

4

- Judías Blancas con Chorizo
- Tortilla Francesa con Queso
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Viernes

5

- Arroz Campesina
- Gallo a la Riojana
- Pimiento Asado en Guiso
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

8 Coditos al Gratén

Salchichas Frescas al Vino

Patatas Panadera

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

15 Crema de Verduras ECO

Cinta de Lomo Adobado al Horno

Patatas Dado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

22 Espirales Amatriciana

Nuggets de Bacalao

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

29 Judías Verdes Rehogadas

Tallarines a la Boloñesa

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

9 Arroz con Tomate

Merluza a la Andaluza

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

16 Judías Blancas Estofadas con Verduras

Empanadillas de Atún

Champiñón Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

10 Sopa de Fideos

Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata

Repollo Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

17 Macarrones Napolitana

Pollo al Ajillo

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

11 Coliflor a la Italiana

Bacalao con Tomate

Pimientos Asados

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

12 Judías Pintas Estofadas

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

15 Lentejas Con Arroz

Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

22 Judías Pintas Estofadas

Jurel en Salsa de Eneldo

Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua

Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

23 Crema de Calabacín ECO

Rotti de Pavo al Horno

Dados de Calabaza ECO

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

24 Arroz con Tomate

Tortilla de Patata con Cebolla

Ensalada de Lechuga y Zanahoria

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

25 Sopa de Fideos

Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata

Repollo Rehogado

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

30 Lentejas con Chorizo

Tortilla Francesa con Queso

Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

31



1

2

mediterránea

VALORACION NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lipidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Toledo in situ Mayo 2023

Sin Carne - - Colegio Luis Solana (Mérntrida)

Lunes



FESTIVO

1

Martes

2

- Lentejas Estofadas con Verduras
- Tortilla Francesa
- Ensalada de Lechuga y Tomate
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Miércoles

3

- Macarrones con Tomate
- Merluza al Horno
- Zanahoria Dado
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Patata + Lácteo

Jueves

4

- Judías Blancas Estofadas con Verduras
- Tortilla Francesa con Queso
- Ensalada de Lechuga y Zanahoria
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

Viernes

5

- Arroz Campesina
- Gallo a la Riojana
- Pimiento Asado en Guiso
- Pan y Agua
- Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 8 Coditos al Gratén
Caballa en Aceite
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 9 Arroz con Tomate
Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

- 10 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 11 Coliflor a la Italiana
Bacalao con Tomate
Pimientos Asados
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

- 12 Judías Pintas Estofadas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 15 Crema de Verduras ECO
Merluza al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 16 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Empanadillas de Atún
Champiñón Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Verdura + Fruta

- 17 Macarrones Napolitana
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 18 Rissotto de Tomate y Calabacín
Gallo a la Riojana
Pimiento Asado en Guiso
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 19 Lentejas Con Arroz
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 22 Espirales con Tomate
Nuggets de Bacalao
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 23 Crema de Calabacín ECO
Merluza al Horno
Dados de Calabaza ECO
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 24 Arroz con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 25 Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras
Repollo Rehogado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 26 Judías Pintas Estofadas
Jurel en Salsa de Eneldo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 29 Judías Verdes Rehogadas
Tallarines con Tomate
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 30 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

31



FESTIVO

1

2

mediterránea

VALORACION NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lipidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.