

MES: Mayo 2021

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
3 FESTIVO 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	4 Paella de verduras Croquetas sin alérgenos con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	5 Cocido de garbanzos Merluza empanada (sin huevo) con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	6 Salmorejo Pechuga de pavo al horno con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Lácteos	7 Pasta (sin huevo) al pomodoro Filete de merluza en salsa verde con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	8 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	9 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 2939/703 GT: 25 GS: 5 HC: 95 AZ: 25 PROT: 35 SAL: 3
10 Puré de zanahoria con picatostes integrales Contramuslo de pollo al limón con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos	11 Sopa de pasta (sin huevo) con jamón Bacalao al horno con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	12 Gazpacho con guarnición Albóndigas con tomate con patatas fritas Yogur y pan integral (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	13 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo) Pechuga de pavo al horno con tomate aliñado Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	14 Macarrones (sin huevo) con salsa boloñesa de chorizo Merluza empanada (sin huevo) con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	15 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	16 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos	VE: 3073/735 GT: 24 GS: 4 HC: 95 AZ: 21 PROT: 45 SAL: 2
17 Arroz salteado Lomo asado con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	18 Sopa de pasta (sin huevo) con jamón Filete de merluza en salsa americana con piñaica (picadillo de tomate) Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Legumbres 2º Huevos con Patatas y Lácteos	19 Ensalada de pasta sin huevo (jamón dulce, tomate y olivas) Fingers de pollo con guisantes salteados Natillas y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	20 Salmorejo con jamón Pavo a la plancha con pisto Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	21 Crema de calabacín con picatostes integrales Pescado a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Lácteos	22 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	23 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos	VE: 2855/683 GT: 19 GS: 4 HC: 93 AZ: 23 PROT: 41 SAL: 2
24 Sopa de ave con pasta (sin huevo) Hamburguesa al horno con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos	25 Gazpacho Contramuslo de pavo en salsa con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	26 Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Lomo adobado con ensalada de lechuga Helado apto y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	27 FERIA DE CÓRDOBA 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	28 FERIA DE CÓRDOBA 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	29 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos	30 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	VE: 3086/738 GT: 23 GS: 4 HC: 108 AZ: 29 PROT: 40 SAL: 3
31 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo) Merluza empanada (sin huevo) con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos							VE: 2925/700 GT: 10 GS: 1 HC: 117 AZ: 22 PROT: 45 SAL: 2

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

MES: Mayo 2021

COLEGIO: COLEGIO BRITANICO DE CORDOBA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
3 FESTIVO 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	4 Paella de verduras Croquetas sin alérgenos con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	5 Cocido de garbanzos Fritura de pescado a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Yogur de soja y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	6 Salmorejo con huevo duro Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Arroz 2º Carne con Legumbres y Lácteos	7 Pasta al pomodoro Filete de merluza en salsa verde con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	8 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	9 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	VE: 3290/787 GT: 31 GS: 5 HC: 104 AZ: 21 PROT: 32 SAL: 3
10 Puré de zanahoria con picatostes integrales Contramuslo de pollo al limón con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Fruta	11 Sopa de pasta con huevo y jamón Revuelto de bacalao con patatas con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	12 Gazpacho con guarnición Albóndigas con tomate con patatas fritas Yogur de soja y pan integral (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	13 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo) Tortilla francesa de jamón york con tomate aliñado Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	14 Macarrones con boloñesa de chorizo Varitas de merluza aptas con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	15 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	16 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 2900/694 GT: 22 GS: 3 HC: 93 AZ: 20 PROT: 42 SAL: 2
17 Arroz salteado Lomo asado con ensalada de lechuga Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	18 Sopa de picadillo Filete de merluza en salsa americana con piriñaca (picadillo de tomate) Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Legumbres 2º Carne con Patatas y Lácteos	19 Ensalada de pasta Fingers de pollo con menestra de verduras salteadas Yogur de soja y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	20 Salmorejo Tortilla de patatas con pisto Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	21 Crema de calabacín con picatostes integrales Pescado a la andaluza con piriñaca (picadillo de tomate) Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Legumbres 2º Carne con Arroz y Fruta	22 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos	23 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 2941/704 GT: 22 GS: 4 HC: 93 AZ: 19 PROT: 38 SAL: 2
24 Sopa de ave con pasta Hamburguesa al horno con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	25 Gazpacho Contramuslo de pavo en salsa con patatas fritas Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	26 Macarrones con salsa de tomate Lomo adobado con ensalada de lechuga Helado apto y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	27 FERIA DE CÓRDOBA 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta	28 FERIA DE CÓRDOBA 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (*) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos	29 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta	30 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	VE: 2976/712 GT: 23 GS: 4 HC: 100 AZ: 32 PROT: 42 SAL: 3
31 Lentejas estofadas (patata, cebolla, tomate, zanahoria, calabacín y ajo) Varitas de merluza con ensalada mixta Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos							VE: 3735/894 GT: 30 GS: 3 HC: 131 AZ: 25 PROT: 33 SAL: 3

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES