

ABRIL 2018



Alergia a Legumbres

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
NO LECTIVO	1º Patatas en salsa verde	1º Cocido madrileño: sopa de fideos	1º Arroz blanco con salsa de tomate	1º Brócoli rehogado
	2º Tortilla francesa con loncha de queso	2º Carne de ternera y pollo, patata y zanahoria	2º Hamburguesa de ternera al horno en salsa de setas.	2º Bacalao al horno en salsa verde
	P Melocotón en almíbar	P Mandarina	P Pera	P Yogurt
	Cena: Ensalada y pavo	Cena: Ensalada y pescado	Cena: Ensalada y huevo	Cena: Verdura y Ave
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
1º Puré de verduras frescas (acelgas, zanahoria, patatas)	1º Paella Valenciana.	1º Tallarines a la boloñesa	1º Crema de zanahoria	1º Menestra de verduras
2º Albóndigas de pollo en salsa suave con patatas dado	2º Huevos cocidos con pisto Manchego	2º Filete de merluza en salsa verde	2º Lomo asado con salsa de manzana	2º Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y tomate
P Manzana	P Plátano	P Pera	P Naranja	P Yogurt
Cena: Ensalada y ternera	Cena: Verduras y Pescado	Cena: Verduras y Ave	Cena: Ensalada y Pescado	Cena: Huevos y Patatas
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
1º Sopa de lluvia	1º Crema de calabacín	1º Pasta de verduras con salsa de tomate	1º Acelgas rehogadas con patata.	1º Crema de puerro
2º Merluza al horno en salsa meniere	2º Estofado de ternera en salsa de verduras con setas	2º Rabas de calamar con ensalada de lechuga y zanahoria	2º Filete de pollo empanado con ensalada de lechuga y tomate	2º Revuelto de huevos con champiñón y ensalada de lechuga y tomate
P Pera	P Manzana	P Naranja	P Plátano	P Yogurt
Cena: Verdura y ave	Cena: Ensalada y pescado	Cena: Arroz y ternera	Cena: Ensalada y huevo	Cena: Verduras y pescado
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
1º Coliflor rehogada	1º Marmitako	1º Puré de acelgas y espinacas	1º Arroz con salchichas y tomate	1º Cocido madrileño: sopa de fideos
2º Filete de abadejo a la romana con ensalada de lechuga y tomate	2º Hamburguesa de ternera al horno en salsa jardinera	2º Tortilla de patatas con loncha de queso.	2º Varitas de merluza con ensalada de lechuga y tomate	2º Carne de ternera y pollo, patata y zanahoria
P Manzana	P Pera	P Naranja	P Plátano	P Natillas de vainilla
Cena: Ensalada y ternera	Cena: Verduras y huevo	Cena: Ensalada y pescado	Cena: Ensalada y pavo	Cena: Patatas y pescado
LUNES 30				
NO LECTIVO				

El menú irá acompañado de **agua y pan**.

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...), un cereal (pan, cereales...) y una pieza de fruta.

Sugerencias de merienda: incluir un lácteo y/o fruta y un cereal. También se podrá añadir embutidos magros ocasionalmente.

Temática y talleres programados: Mes de la ZUMBA. Taller del Día del Libro. Juegos de zumba. Dinámicas de habilidades sociales. Programa alumnos felices.

Según Reglamento 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Esta información se refleja en nuestros menús de alergias alimentarias. Para cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales. Menú elaborado por el Dpto. de Nutrición de SECOE: M. Lozano (Dietista-Nutricionista) y C. Haberkon (Diplomada en Dietética y Nutrición con licenciatura en Tecnología de los Alimentos).

Playa de Benicassim, 9 - Urb. Valdecabañas - Boadilla del Monte - 28660 Madrid
T. 91 632 45 74 - F. 91 032 13 55 www.secoe.es R.S. 26.00012504/M