

Mayo 2021

ALERGIA A PESCADO Y MARISCO - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7
Festivo	No lectivo	Arroz tres delicias 3-8 Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melocotón en almíbar	Garbanzos guisados Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Plátano	Crema de calabaza y zanahoria Hamburguesa de ternera al horno 8 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Helado 2-3-7-9
		S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:675,2 Pr:51,0 Li:16,6 HC:79,1	S. Cena Verdura y ternera Kc:764,8 Pr:24,2 Li:23,3 HC:107,4	S. Cena Ensalada y pollo Kc:767,8 Pr:23,8 Li:32,4 HC:82,4
Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
Alubias blancas estofadas. 1-3 Cordon bleu 1-2-8-13 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Manzana ECOLÓGICA	Patatas en salsa verde Cinta de lomo al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melón	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con queso 2-3 Pan 1-12T-13T Pera	Espirales con salsa de tomate 1-3T Ragout de ternera con verduras Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Plátano	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Pechugas de pollo en salsa de champiñón Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Ensalada y huevo 3 Kc:713,7 Pr:26,9 Li:23,8 HC:102,1	S. Cena Verdura y pollo Kc:583,0 Pr:24,8 Li:13,8 HC:80,1	S. Cena Ensalada y pavo Kc:617,2 Pr:23,5 Li:19,6 HC:75,6	S. Cena Verdura y cerdo Kc:750,2 Pr:37,3 Li:14,9 HC:109,2	S. Cena Ensalada y huevo 3 Kc:555,4 Pr:43,3 Li:14,6 HC:58,3
Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21
Judías verdes rehogadas Lacón al horno Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Manzana	Arroz con salsa de tomate Filete de pollo al horno Pan 1-12T-13T Naranja	Crema de guisantes Huevos cocidos con salchichas y salsa de tomate 3-8 Pan 1-12T-13T Pera	Cocido: Sopa de fideos 1-3T Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo Pan 1-12T-13T Sandía	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Cinta de lomo empanado 1-3 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Helado 2-3-7-9
S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:685,8 Pr:45,9 Li:12,6 HC:87,9	S. Cena Ensalada y ternera Kc:711,9 Pr:51,4 Li:11,7 HC:99,8	S. Cena Verdura y cerdo Kc:708,2 Pr:28,5 Li:27,1 HC:78,7	S. Cena Ensalada y pollo Kc:701,6 Pr:36,0 Li:15,8 HC:100,9	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:774,6 Pr:38,8 Li:21,9 HC:98,3
Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28
Espaguetis con salsa de tomate casera 1-3T Filete de pollo al horno Pan 1-12T-13T Naranja	Lentejas estofadas Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Sandía	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Estofado de ternera en salsa de verduras con setas Pan 1-12T-13T Plátano	Pintas Revuelto de huevo con champiñón 3 Pan 1-12T-13T Melón	Patatas en salsa verde Filete de sajonia al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Verdura y ternera Kc:646,6 Pr:53,3 Li:12,3 HC:78,5	S. Cena Ensalada y cerdo Kc:728,4 Pr:25,3 Li:20,2 HC:97,8	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:727,1 Pr:37,9 Li:13,8 HC:99,3	S. Cena Ensalada y pavo Kc:653,4 Pr:36,1 Li:24,9 HC:75,5	S. Cena Verdura y pollo Kc:652,4 Pr:30,7 Li:15,7 HC:86,6
Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Guisantes rehogados Albóndigas de ternera (caseras) en salsa 1-3-13 Patatas dado Pan 1-12T-13T Melón				
S. Cena Ensalada y huevo 3 Kc:740,7 Pr:41,9 Li:21,0 HC:85,3				

El menú irá acompañado de agua. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6-9 años (niños).

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...), un cereal preferentemente integral (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.

1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustaceo 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sesamo 13-Sulfitos 14-Altramuces T=TRAZAS

May 2021

ALLERGY TO FISH AND SHELLFISH - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 3	Tuesday 4	Wednesday 5	Thursday 6	Friday 7
Bank holiday	No school day	Chinese fried rice 3-8 Oven-baked chicken filet Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Syrup peach	Chickpeas stew with "chorizo" Spanish omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	Cream of pumpkin and carrot soup Oven-baked beef hamburger 8 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
		Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetables and beef	Dinner: Salad and chicken
		Kc:675,2 Pr:51,0 Li:16,6 HC:79,1	Kc:764,8 Pr:24,2 Li:23,3 HC:107,4	Kc:767,8 Pr:23,8 Li:32,4 HC:82,4
Monday 10	Tuesday 11	Wednesday 12	Thursday 13	Friday 14
White beans stew 1-3 Cordon bleu 1-2-8-13 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Apple ECOLOGIC	Potato in green sauce Oven - baked pork loin Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon	Lentil stew with vegetables French omelette with cheese 2-3 Bread 1-12T-13T Pear	Vegetable spirals with tomato sauce 1-3T Beef ragout with vegetables Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Chicken with mushroom sauce Bread 1-12T-13T Yogurt 2
Dinner: Salad and egg 3	Dinner: Vegetable and chicken	Dinner: Salad and turkey	Dinner: Vegetable and pork	Dinner: Salad and egg 3
Kc:713,7 Pr:26,9 Li:23,8 HC:102,1	Kc:583,0 Pr:24,8 Li:13,8 HC:80,1	Kc:617,2 Pr:23,5 Li:19,6 HC:75,6	Kc:750,2 Pr:37,3 Li:14,9 HC:109,2	Kc:555,4 Pr:43,3 Li:14,6 HC:58,3
Monday 17	Tuesday 18	Wednesday 19	Thursday 20	Friday 21
Sautéed french beans Oven-baked cured ham Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Apple	Rice with tomato sauce Oven-baked chicken filet Bread 1-12T-13T Orange	Cream of peas soup Eggs with sausages and tomato sauce 3-8 Bread 1-12T-13T Pear	SECOE style stew: Noodle soup 1-3T Chickpeas, carrot, potatoes, beef and chicken Bread 1-12T-13T Watermelon	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Breaded pork loin 1-3 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetables and pork	Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetable and egg 3
Kc:685,6 Pr:45,9 Li:12,6 HC:87,9	Kc:711,9 Pr:51,4 Li:11,7 HC:99,8	Kc:708,2 Pr:28,5 Li:27,1 HC:78,7	Kc:701,6 Pr:36,0 Li:15,8 HC:100,9	Kc:774,6 Pr:38,8 Li:21,9 HC:98,3
Monday 24	Tuesday 25	Wednesday 26	Thursday 27	Friday 28
Spaghetti with homemade tomato sauce 1-3T Oven-baked chicken filet Bread 1-12T-13T Orange	Lentil stew Spanish omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Garden style beef stew with mushroom Bread 1-12T-13T Banana	Pinto beans Scrambled eggs with mushroom 3 Bread 1-12T-13T Melon	Potato in green sauce Oven-baked saxony filet Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Yogurt 2
Dinner: Vegetables and beef	Dinner: Salad and pork	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Salad and turkey	Dinner: Vegetable and chicken
Kc:646,6 Pr:53,3 Li:12,3 HC:78,5	Kc:728,4 Pr:25,3 Li:20,2 HC:97,8	Kc:727,1 Pr:37,9 Li:13,8 HC:99,3	Kc:653,4 Pr:36,1 Li:24,9 HC:75,5	Kc:652,4 Pr:30,7 Li:15,7 HC:86,6
Monday 31	Tuesday 1	Wednesday 2	Thursday 3	Friday 4
Sautéed peas Beef meatballs (homemade) in sauce 1-3-13 Diced potatoes Bread 1-12T-13T Melon				
Dinner: Salad and egg 3				
Kc:740,7 Pr:41,9 Li:21,0 HC:85,3				

Every menu will be served with water. Theoretical nutritional assessments are made for the age group 6-9 years (boys).

Suggestions for breakfast: always include a dairy product (milk, yogurt, cheese, junket...), a cereal, brown preferably (bread, cereals...) and a piece of fruit.

Suggestions for afternoon snack: include a dairy and/or fruit and a cereal. Also, occasionally, could be included lean cold meats.

1-Gluten	2-Milk	3-Egg	4-Fish	5-Crustacean	6-Molluscs	7-Peanut	8-Soya	9-Nuts	10-Celery	11-Mustard	12-Sesame	13-Sulphites	14-Lupin	T=TRACES
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------

Mayo 2021

ALERGIA A LEGUMBRES - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7
Festivo	No lectivo	Arroz tres delicias (sin legumbre) 3 Boquerones al horno 1-4 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melocotón en almíbar	Brócoli con zanahoria Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Plátano	Crema de calabaza y zanahoria Hamburguesa de ternera al horno (casera) 1-13 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Helado 2-3-7-9
		S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:651,8 Pr:20,3 Li:17,7 HC:101,2	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:662,0 Pr:20,0 Li:19,8 HC:89,0	S. Cena Ensalada y pollo Kc:816,4 Pr:38,4 Li:23,4 HC:105,4
Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
Arroz con verduras Varitas de merluza al horno (caseras) 1-3-4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Manzana ECOLÓGICA	Patatas guisadas con verduras (zanahoria y pimiento) Cinta de lomo al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melón	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria). 1-3 Tortilla francesa con queso 2-3 Pan 1-12T-13T Pera	Espirales con salsa de tomate 1-3T Filete de merluza a la provenzal 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Plátano	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Pechugas de pollo en salsa de champiñón Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Ensalada y cerdo Kc:699,0 Pr:45,9 Li:11,0 HC:100,1	S. Cena Verdura y pollo Kc:582,2 Pr:25,0 Li:14,0 HC:80,6	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:572,5 Pr:20,5 Li:17,5 HC:71,8	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:669,5 Pr:39,3 Li:10,6 HC:98,7	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:555,4 Pr:43,3 Li:14,6 HC:58,3
Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21
Coliflor rehogada Lacón al horno Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Manzana	Arroz con salsa de tomate Abadejo en salsa verde (sin guisantes) 4 Pan 1-12T-13T Naranja	Crema de calabacín Huevos con salsa de tomate 3 Pan 1-12T-13T Pera	Cocido: Sopa de fideos 1-3T Carne de ternera, pollo, zanahoria y patata Pan 1-12T-13T Sandía	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Filete de merluza a la romana (al horno) 1-3-4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Helado 2-3-7-9
S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:629,8 Pr:43,6 Li:21,2 HC:66,0	S. Cena Verdura y ternera Kc:767,9 Pr:55,7 Li:12,5 HC:100,8	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:606,8 Pr:24,0 Li:20,8 HC:69,7	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:603,5 Pr:37,7 Li:12,4 HC:81,6	S. Cena Ensalada y pollo Kc:790,6 Pr:48,5 Li:16,6 HC:102,5
Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28
Espaguetis con salsa de tomate casera 1-3T Filete de merluza al horno con piperrada 4 Pan 1-12T-13T Naranja	Brócoli con zanahoria Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Sandía	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Estofado de ternera en salsa Pan 1-12T-13T Plátano	Arroz con salsa de tomate Bacalao a la romana 1-3-4 Pan 1-12T-13T Melón	Patatas en salsa verde Filete de sajonia al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Verdura y pollo Kc:687,7 Pr:47,5 Li:13,4 HC:89,3	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:587,6 Pr:20,5 Li:18,3 HC:73,3	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:715,4 Pr:35,7 Li:13,3 HC:100,7	S. Cena Ensalada y cerdo Kc:735,9 Pr:49,2 Li:11,8 HC:106,7	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:652,4 Pr:30,7 Li:15,7 HC:86,6
Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Brócoli con zanahoria Albóndigas de ternera (caseras) en salsa 1-3-13 Patatas dado Pan 1-12T-13T Melón				
S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:671,2 Pr:35,4 Li:19,4 HC:81,2				

El menú irá acompañado de agua. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6-9 años (niños).

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.

1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustaceo 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sesamo 13-Sulfitos 14-Altramuces T=TRAZAS

May 2021

ALLERGY TO PULSES - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 3	Tuesday 4	Wednesday 5	Thursday 6	Friday 7
Bank holiday	No school day	Chinese fried rice (pulses free) 3 Oven-baked anchovies 1-4 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Syrup peach	Broccoli with carrot Spanish omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	Cream of pumpkin and carrot soup Oven-baked beef hamburger (homemade) 1-13 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
		Dinner: Vegetable and egg 3 Kc:651,8 Pr:20,3 Li:17,7 HC:101,2	Dinner: Vegetable and fish 4 Kc:662,0 Pr:20,0 Li:19,8 HC:89,0	Dinner: Salad and chicken Kc:816,4 Pr:38,4 Li:23,4 HC:105,4
Monday 10	Tuesday 11	Wednesday 12	Thursday 13	Friday 14
Rice with vegetables Baked hake bites (homemade) 1-3-4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Apple ECOLOGIC	Potato stew with vegetables (carrot and pepper) Oven - baked pork loin Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon	Sautéed vegetables stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) 1-3 French omelette with cheese 2-3 Bread 1-12T-13T Pear	Vegetable spirals with tomato sauce 1-3T Provençal hake filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Chicken with mushroom sauce Bread 1-12T-13T Yogurt 2
Dinner: Salad and pork Kc:699,0 Pr:45,9 Li:11,0 HC:100,1	Dinner: Vegetable and chicken Kc:582,2 Pr:25,0 Li:14,0 HC:80,6	Dinner: Salad and fish 4 Kc:572,5 Pr:20,5 Li:17,5 HC:71,8	Dinner: Vegetable and egg 3 Kc:669,5 Pr:39,3 Li:10,6 HC:98,7	Dinner: Salad and fish 4 Kc:555,4 Pr:43,3 Li:14,6 HC:58,3
Monday 17	Tuesday 18	Wednesday 19	Thursday 20	Friday 21
Sautéed cauliflower Oven-baked cured ham Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Apple	Rice with tomato sauce Haddock with green sauce (free peas) 4 Bread 1-12T-13T Orange	Cream of courgette soup Eggs with tomato sauce 3 Bread 1-12T-13T Pear	SECOE style stew: Noodle soup 1-3T Beef, chicken, carrot and potatoes Bread 1-12T-13T Watermelon	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Battered hake filet 1-3-4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
Dinner: Salad and fish 4 Kc:629,8 Pr:43,6 Li:21,2 HC:66,0	Dinner: Vegetables and beef Kc:767,9 Pr:55,7 Li:12,5 HC:100,8	Dinner: Salad and fish 4 Kc:606,8 Pr:24,0 Li:20,8 HC:69,7	Dinner: Vegetable and egg 3 Kc:603,5 Pr:37,7 Li:12,4 HC:81,6	Dinner: Salad and chicken Kc:790,6 Pr:48,5 Li:16,6 HC:102,5
Monday 24	Tuesday 25	Wednesday 26	Thursday 27	Friday 28
Spaghetti with homemade tomato sauce 1-3T Oven - baked hake filet with piperrada 4 Bread 1-12T-13T Orange	Broccoli with carrot Spanish omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Beef stew with sauce Bread 1-12T-13T Banana	Rice with tomato sauce Battered cod 1-3-4 Bread 1-12T-13T Melon	Potato in green sauce Oven-baked saxon filet Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Yogurt 2
Dinner: Vegetable and chicken Kc:687,7 Pr:47,5 Li:13,4 HC:89,3	Dinner: Salad and fish 4 Kc:587,6 Pr:20,5 Li:18,3 HC:73,3	Dinner: Vegetable and egg 3 Kc:715,4 Pr:35,7 Li:13,3 HC:100,7	Dinner: Salad and pork Kc:735,9 Pr:49,2 Li:11,8 HC:106,7	Dinner: Vegetable and fish 4 Kc:652,4 Pr:30,7 Li:15,7 HC:86,6
Monday 31	Tuesday 1	Wednesday 2	Thursday 3	Friday 4
Broccoli with carrot Beef meatballs (homemade) in sauce 1-3-13 Diced potatoes Bread 1-12T-13T Melon				
Dinner: Salad and fish 4 Kc:671,2 Pr:35,4 Li:19,4 HC:81,2				

Every menu will be served with water. Theoretical nutritional assessments are made for the age group 6-9 years (boys).

Suggestions for breakfast: always include a dairy product (milk, yogurt, cheese, junket...), a cereal and a piece of fruit.

Suggestions for afternoon snack: include a dairy and/or fruit and a cereal. Also, occasionally, could be included lean cold meats.

1-Gluten	2-Milk	3-Egg	4-Fish	5-Crustacean	6-Molluscs	7-Peanut	8-Soya	9-Nuts	10-Celery	11-Mustard	12-Sesame	13-Sulphites	14-Lupin	T=TRACES
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------

Mayo 2021

ALERGIA A PROTEÍNA DE LECHE DE VACA - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7
Festivo	No lectivo	Arroz tres delicias 3-8 Boquerones al horno 1-4 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melocotón en almíbar	Garbanzos guisados Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Plátano	Crema de calabaza y zanahoria Hamburguesa de pollo (casera) 1-13 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Bebida de soja 8
		S. Cena Ensalada y huevo 3 Kc:680,8 Pr:21,7 Li:18,9 HC:103,8	S. Cena Verdura y cerdo Kc:764,8 Pr:24,2 Li:23,3 HC:107,4	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:500,3 Pr:16,0 Li:11,3 HC:73,0
Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
Alubias blancas estofadas. 1-3 Varitas de merluza al horno (caseras) 1-3-4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Manzana ECOLÓGICA	Patatas a la marinera. 1-3-4-5T-6-13 Cinta de lomo al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melón	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa 3 Pan 1-12T-13T Pera	Espirales con salsa de tomate 1-3T Filete de merluza a la provenzal 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Plátano	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Pechugas de pollo en salsa de champiñón Pan 1-12T-13T Bebida de soja 8
S. Cena Ensalada y cerdo Kc:673,9 Pr:54,8 Li:13,8 HC:86,0	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:614,5 Pr:31,2 Li:15,3 HC:80,1	S. Cena Ensalada y pollo Kc:696,7 Pr:27,1 Li:25,0 HC:77,7	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:669,5 Pr:39,3 Li:10,6 HC:98,7	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:504,2 Pr:44,8 Li:14,4 HC:42,5
Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21
Judías verdes rehogadas Lacón al horno Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Manzana	Arroz con salsa de tomate Filete de abadejo en salsa verde 4 Pan 1-12T-13T Naranja	Crema de guisantes Huevos cocidos con salchichas y salsa de tomate 3-8 Pan 1-12T-13T Pera	Cocido: Sopa de fideos 1-3T Garbanzos, zanahoria, patata y carne de pollo Pan 1-12T-13T Sandía	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Filete de merluza a la romana (al horno) 1-3-4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Bebida de soja 8
S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:685,8 Pr:45,9 Li:12,6 HC:87,9	S. Cena Ensalada y pollo Kc:812,5 Pr:54,6 Li:13,4 HC:108,8	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:708,2 Pr:28,5 Li:27,1 HC:78,7	S. Cena Ensalada y huevo 3 Kc:643,5 Pr:28,1 Li:11,0 HC:104,8	S. Cena Verdura y cerdo Kc:751,6 Pr:52,4 Li:15,5 HC:90,0
Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28
Espaguetis con salsa de tomate casera 1-3T Filete de merluza al horno con piperrada 4 Pan 1-12T-13T Naranja	Lentejas estofadas Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Sandía	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Estofado de pollo con verduras Pan 1-12T-13T Plátano	Pintas Bacalao a la romana 1-3-4 Pan 1-12T-13T Melón	Patatas en salsa verde Filete de sajonia al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Bebida de soja 8
S. Cena Verdura y cerdo Kc:687,7 Pr:47,5 Li:13,4 HC:89,3	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:728,4 Pr:25,3 Li:20,2 HC:97,8	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:766,1 Pr:48,8 Li:10,7 HC:104,8	S. Cena Ensalada y pollo Kc:630,7 Pr:55,9 Li:13,6 HC:77,2	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:601,1 Pr:32,2 Li:15,4 HC:70,7
Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Guisantes rehogados Albóndigas de pollo en salsa 1T-8 Patatas dado Pan 1-12T-13T Melón				
S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:752,4 Pr:44,0 Li:20,5 HC:98,2				

NOTA: En los casos en los que haya **Intolerancia la Lactosa** y no haya alergia a la ternera, únicamente se retirarán los lácteos del menú (manteniendo la ternera)

El menú irá acompañado de **agua**. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6-9 años (niños).

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un producto de SOJA (leche, yogurt) un cereal preferentemente integral (pan, cereales...) y una pieza de fruta.

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

1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustaceo 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sesamo 13-Sulfitos 14-Altramuces T=TRAZAS

May 2021

ALLERGY TO MILK - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 3	Tuesday 4	Wednesday 5	Thursday 6	Friday 7
Bank holiday	No school day	Chinese fried rice 3-8 Oven-baked anchovies 1-4 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Syrup peach	Chickpeas stew with "chorizo" Spanish omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	Cream of pumpkin and carrot soup Homemade chicken hamburger 1-13 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Soya dairy 8
		Dinner: Salad and egg 3 Kc:680,8 Pr:21,7 Li:18,9 HC:103,8	Dinner: Vegetables and pork Kc:764,8 Pr:24,2 Li:23,3 HC:107,4	Dinner: Salad and fish 4 Kc:500,3 Pr:16,0 Li:11,3 HC:73,0
Monday 10	Tuesday 11	Wednesday 12	Thursday 13	Friday 14
White beans stew 1-3 Baked hake bites (homemade) 1-3-4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Apple ECOLOGIC	Potatoes in marinere sauce (squid and vegetable) 1-3-4-5T-6-13 Oven - baked pork loin Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon	Lentil stew with vegetables French omelette 3 Bread 1-12T-13T Pear	Vegetable spirals with tomato sauce 1-3T Provenzal hake filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Chicken with mushroom sauce Bread 1-12T-13T Soya dairy 8
Dinner: Salad and pork Kc:673,9 Pr:54,8 Li:13,8 HC:86,0	Dinner: Vegetable and fish 4 Kc:614,5 Pr:31,2 Li:15,3 HC:80,1	Dinner: Salad and chicken Kc:696,7 Pr:27,1 Li:25,0 HC:77,7	Dinner: Vegetable and egg 3 Kc:669,5 Pr:39,3 Li:10,6 HC:98,7	Dinner: Salad and fish 4 Kc:504,2 Pr:44,8 Li:14,4 HC:42,5
Monday 17	Tuesday 18	Wednesday 19	Thursday 20	Friday 21
Sautéed french beans Oven-baked cured ham Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Apple	Rice with tomato sauce 4 Bread 1-12T-13T Orange	Cream of peas soup Eggs with sausages and tomato sauce 3-8 Bread 1-12T-13T Pear	SECOE style stew: Noodle soup 1-3T Chickpeas, carrot, potatoes and chicken Bread 1-12T-13T Watermelon	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Battered hake filet 1-3-4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Soya dairy 8
Dinner: Vegetable and fish 4 Kc:685,8 Pr:45,9 Li:12,6 HC:87,9	Dinner: Salad and chicken Kc:812,5 Pr:54,6 Li:13,4 HC:108,8	Dinner: Vegetable and fish 4 Kc:708,2 Pr:28,5 Li:27,1 HC:78,7	Dinner: Salad and egg 3 Kc:643,5 Pr:28,1 Li:11,0 HC:104,8	Dinner: Vegetables and pork Kc:751,6 Pr:52,4 Li:15,5 HC:90,0
Monday 24	Tuesday 25	Wednesday 26	Thursday 27	Friday 28
Spaghetti with homemade tomato sauce 1-3T Oven - baked hake filet with piperrada 4 Bread 1-12T-13T Orange	Lentil stew Spanish omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Chicken stew with vegetables Bread 1-12T-13T Banana	Pinto beans Battered cod 1-3-4 Bread 1-12T-13T Melon	Potato in green sauce Oven-baked saxony filet Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Soya dairy 8
Dinner: Vegetables and pork Kc:687,7 Pr:47,5 Li:13,4 HC:89,3	Dinner: Salad and fish 4 Kc:728,4 Pr:25,3 Li:20,2 HC:97,8	Dinner: Vegetable and egg 3 Kc:766,1 Pr:48,8 Li:10,7 HC:104,8	Dinner: Salad and chicken Kc:630,7 Pr:55,9 Li:13,6 HC:77,2	Dinner: Vegetable and fish 4 Kc:601,1 Pr:32,2 Li:15,4 HC:70,7
Monday 31	Tuesday 1	Wednesday 2	Thursday 3	Friday 4
Sautéed peas Chicken meatballs with sauce 1T-8 Diced potatoes Bread 1-12T-13T Melon				
Dinner: Salad and fish 4 Kc:752,4 Pr:44,0 Li:20,5 HC:98,2				

NOTE: in lactose intolerance cases without beef allergy, we only take off dairy products from de menu (keeping the beef).

Every menu will be served with water. Theoretical nutritional assessments are made for the age group 6-9 years (boys).

Suggestions for breakfast: always include a soya product, a cereal and a piece of fruit.

Suggestions for afternoon snack: include a soya product and/or fruit and a cereal. Also, occasionally, could be included lean cold meats.

1-Gluten 2-Milk 3-Egg 4-Fish 5-Crustacean 6-Molluscs 7-Peanut 8-Soya 9-Nuts 10-Celery 11-Mustard 12-Sesame 13-Sulphites 14-Lupin T=TRACES

Mayo 2021

ALERGIA AL HUEVO - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7
Festivo	No lectivo	Arroz tres delicias (sin huevo) 8 Boquerones al horno 1-4 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melocotón en almíbar	Garbanzos guisados Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Plátano	Crema de calabaza y zanahoria Hamburguesa de ternera al horno 8 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Yogur 2
		S. Cena Verdura y ternera Kc:647,8 Pr:20,2 Li:16,5 HC:103,0	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:749,0 Pr:58,4 Li:17,9 HC:84,0	S. Cena Ensalada y pollo Kc:780,1 Pr:26,2 Li:31,5 HC:85,8
Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
Alubias blancas estofadas Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Manzana ECOLÓGICA	Patatas a la marinera (calamar y verduras) 6 Cinta de lomo al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melón	Lentejas estofadas con verduras Filete de pollo al horno Loncha de queso 2 Pan 1-12T-13T Pera	Espirales con salsa de tomate (sin huevo) Filete de merluza a la provenzal 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Plátano	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Pechugas de pollo en salsa de champiñón Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Ensalada y pollo Kc:714,4 Pr:62,2 Li:13,1 HC:89,1	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:614,4 Pr:31,2 Li:15,3 HC:80,1	S. Cena Ensalada y cerdo Kc:720,7 Pr:59,5 Li:17,4 HC:72,7	S. Cena Verdura y ternera Kc:663,5 Pr:36,3 Li:10,3 HC:101,4	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:555,4 Pr:43,3 Li:14,6 HC:58,3
Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21
Judías verdes rehogadas Lacón al horno Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Manzana	Arroz con salsa de tomate Filete de abadejo en salsa verde 4 Pan 1-12T-13T Naranja	Crema de guisantes Salchichas de pavo con salsa de tomate 8 Pan 1-12T-13T Pera	Cocido: Sopa de fideos (sin huevo) Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo Pan 1-12T-13T Sandía	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Merluza al horno con ajo y perejil 4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:685,8 Pr:45,9 Li:12,6 HC:87,9	S. Cena Ensalada y ternera Kc:812,5 Pr:54,6 Li:13,4 HC:108,8	S. Cena Verdura y cerdo Kc:712,6 Pr:22,2 Li:30,2 HC:79,5	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:708,8 Pr:32,6 Li:16,0 HC:105,6	S. Cena Verdura y pollo Kc:789,1 Pr:60,2 Li:12,5 HC:100,2
Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28
Espaguetis con salsa de tomate casera (sin huevo) Filete de merluza al horno con piperrada 4 Pan 1-12T-13T Naranja	Lentejas estofadas Salteado de patata y jamón York 8 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Sandía	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Estofado de ternera en salsa de verduras con setas Pan 1-12T-13T Plátano	Pintas Bacalao al horno 4 Pan 1-12T-13T Melón	Patatas en salsa verde Filete de sajonia al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Verdura y pollo Kc:690,4 Pr:44,1 Li:13,0 HC:95,2	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:754,6 Pr:34,1 Li:16,2 HC:103,2	S. Cena Verdura y pavo Kc:727,1 Pr:37,9 Li:13,8 HC:99,3	S. Cena Ensalada y ternera Kc:617,6 Pr:57,8 Li:11,9 HC:76,4	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:652,4 Pr:30,7 Li:15,7 HC:86,6
Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Guisantes rehogados Albóndigas de ternera con salsa de tomate 8-13 Patatas dado Pan 1-12T-13T Melón				
S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:795,3 Pr:39,9 Li:26,3 HC:87,9				

El menú irá acompañado de **agua**. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6-9 años (niños).

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...), un cereal preferentemente integral (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.

1-Gluten	2-Leche	3-Huevo	4-Pescado	5-Crustaceo	6-Moluscos	7-Cacahuete	8-Soja	9-Frutos secos	10-Apio	11-Mostaza	12-Sesamo	13-Sulfitos	14-Altramuces	T=TRAZAS
----------	---------	---------	-----------	-------------	------------	-------------	--------	----------------	---------	------------	-----------	-------------	---------------	----------

May 2021

ALLERGY TO EGGS - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 3	Tuesday 4	Wednesday 5	Thursday 6	Friday 7
Bank holiday	No school day	Chinese fried rice (egg free) 8 Oven-baked anchovies 1-4 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Syrup peach	Chickpeas stew with "chorizo" Oven-baked chicken filet Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	Cream of pumpkin and carrot soup Oven-baked beef hamburger 8 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Yogurt 2
		Dinner: Vegetables and beef	Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and chicken
		Kc:647,8 Pr:20,2 Li:16,5 HC:103,0	Kc:749,0 Pr:58,4 Li:17,9 HC:84,0	Kc:780,1 Pr:26,2 Li:31,5 HC:85,8
Monday 10	Tuesday 11	Wednesday 12	Thursday 13	Friday 14
White beans stew Oven -baked hake filet 4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Apple ECOLOGIC	Potatoes in marinere sauce (squid and vegetable) 6 Oven - baked pork loin Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon	Lentil stew with vegetables Oven-baked chicken filet Slice cheese 2 Bread 1-12T-13T Pear	Vegetable spirals with tomato sauce (free egg) Provenzal hake filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Chicken with mushroom sauce Bread 1-12T-13T Yogurt 2
Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and pork	Dinner: Vegetables and beef	Dinner: Salad and fish 4
Kc:714,4 Pr:62,2 Li:13,1 HC:89,1	Kc:614,4 Pr:31,2 Li:15,3 HC:80,1	Kc:720,7 Pr:59,5 Li:17,4 HC:72,7	Kc:663,5 Pr:36,3 Li:10,3 HC:101,4	Kc:555,4 Pr:43,3 Li:14,6 HC:58,3
Monday 17	Tuesday 18	Wednesday 19	Thursday 20	Friday 21
Sautéed french beans Oven-baked cured ham Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Apple	Rice with tomato sauce 4 Bread 1-12T-13T Orange	Cream of peas soup Turkey sausages with tomato sauce 8 Bread 1-12T-13T Pear	SECOE style stew: Noodle soup (egg free) Chickpeas, carrot, potatoes, beef and chicken Bread 1-12T-13T Watermelon	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Oven -baked hake with garlic and parsley 4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Yogurt 2
Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetables and pork	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and chicken
Kc:685,8 Pr:45,9 Li:12,6 HC:87,9	Kc:812,5 Pr:54,6 Li:13,4 HC:108,8	Kc:712,6 Pr:22,2 Li:30,2 HC:79,5	Kc:708,8 Pr:32,6 Li:16,0 HC:105,6	Kc:789,1 Pr:60,2 Li:12,5 HC:100,2
Monday 24	Tuesday 25	Wednesday 26	Thursday 27	Friday 28
Spaghetti with homemade tomato sauce (egg free) Oven - baked hake filet with piperrada 4 Bread 1-12T-13T Orange	Lentil stew Sautéed potatoes with ham 8 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Garden style beef stew with mushroom Bread 1-12T-13T Banana	Pinto beans Oven-baked cod 4 Bread 1-12T-13T Melon	Potato in green sauce Oven-baked saxony filet Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Yogurt 2
Dinner: Vegetable and chicken	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetables and turkey	Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetable and fish 4
Kc:690,4 Pr:44,1 Li:13,0 HC:95,2	Kc:754,6 Pr:34,1 Li:16,2 HC:103,2	Kc:727,1 Pr:37,9 Li:13,8 HC:99,3	Kc:617,6 Pr:57,8 Li:11,9 HC:76,4	Kc:652,4 Pr:30,7 Li:15,7 HC:86,6
Monday 31	Tuesday 1	Wednesday 2	Thursday 3	Friday 4
Sautéed peas Beef meatballs with tomato sauce 8-13 Diced potatoes Bread 1-12T-13T Melon				
Dinner: Salad and fish 4				
Kc:795,3 Pr:39,9 Li:26,3 HC:87,9				

Every menu will be served with water. Theoretical nutritional assessments are made for the age group 6-9 years (boys).

Suggestions for breakfast: always include a dairy product (milk, yogurt, cheese, junket...), a cereal, brown preferably (bread, cereals...) and a piece of fruit.

Suggestions for afternoon snack: include a dairy and/or fruit and a cereal. Also, occasionally, could be included lean cold meats.

1-Gluten	2-Milk	3-Egg	4-Fish	5-Crustacean	6-Molluscs	7-Peanut	8-Soya	9-Nuts	10-Celery	11-Mustard	12-Sesame	13-Sulphites	14-Lupin	T=TRACES
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------

Mayo 2021

MENÚ COLESTEROLEMIA - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7
Festivo	No lectivo	Arroz tres delicias 3-8 Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melocotón en almíbar	Garbanzos guisados Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Plátano	Crema de calabaza y zanahoria Hamburguesa de ternera al horno 8 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Helado 2-3-7-9
		S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:689,6 Pr:52,1 Li:13,8 HC:85,7	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:764,8 Pr:24,2 Li:23,3 HC:107,4	S. Cena Ensalada y pollo Kc:767,8 Pr:23,8 Li:32,4 HC:82,4
Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
Alubias blancas estofadas. 1-3 Varitas de merluza al horno 1-2T-3T-4-5T-6T-8T-10T-11T-13 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Manzana ECOLÓGICA	Patatas a la marinera. 1-3-4-5T-6-13 Cinta de lomo al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melón	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con queso 2-3 Pan 1-12T-13T Pera	Espirales con salsa de tomate 1-3T Filete de merluza a la provenzal 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Plátano	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Pechugas de pollo en salsa de champiñón Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Ensalada y pollo Kc:707,3 Pr:27,1 Li:19,8 HC:109,2	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:614,5 Pr:31,2 Li:15,3 HC:80,1	S. Cena Ensalada y cerdo Kc:617,2 Pr:23,5 Li:19,6 HC:75,6	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:669,5 Pr:39,3 Li:10,6 HC:98,7	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:555,4 Pr:43,3 Li:14,6 HC:58,3
Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21
Judías verdes rehogadas Lacón al horno Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Manzana	Arroz con salsa de tomate Filete de abadejo en salsa verde 4 Pan 1-12T-13T Naranja	Crema de guisantes Huevos cocidos con salchichas y salsa de tomate 3-8 Pan 1-12T-13T Pera	Cocido: Sopa de fideos 1-3T Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo Pan 1-12T-13T Sandía	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Filete de merluza a la romana (al horno) 1-3-4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Helado 2-3-7-9
S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:685,8 Pr:45,9 Li:12,6 HC:87,9	S. Cena Ensalada y pollo Kc:812,5 Pr:54,6 Li:13,4 HC:108,8	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:708,2 Pr:28,5 Li:27,1 HC:78,7	S. Cena Ensalada y huevo 3 Kc:701,6 Pr:36,0 Li:15,8 HC:100,9	S. Cena Verdura y cerdo Kc:790,6 Pr:48,5 Li:16,6 HC:102,5
Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28
Espaguetis con salsa de tomate casera 1-3T Filete de merluza al horno con piperrada 4 Pan 1-12T-13T Naranja	Lentejas estofadas Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Sandía	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Estofado de ternera en salsa de verduras con setas Pan 1-12T-13T Plátano	Pintas Bacalao a la romana 1-3-4 Pan 1-12T-13T Melón	Patatas en salsa verde Filete de sajonia al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Verdura y cerdo Kc:687,7 Pr:47,5 Li:13,4 HC:89,3	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:728,4 Pr:25,3 Li:20,2 HC:97,8	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:727,1 Pr:37,9 Li:13,8 HC:99,3	S. Cena Ensalada y pollo Kc:630,7 Pr:55,9 Li:13,6 HC:77,2	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:652,4 Pr:30,7 Li:15,7 HC:86,6
Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Guisantes rehogados Albóndigas de ternera (caseras) en salsa 1-3-13 Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Melón				
S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:699,9 Pr:41,2 Li:21,9 HC:74,8				

El menú irá acompañado de agua. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6-9 años (niños).

Sugerencias de desayuno: incluir siempre un lácteo (leche, yogurt, queso, cuajada...), un cereal preferentemente integral (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.

1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustaceo 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sesamo 13-Sulfitos 14-Altramuces T=TRAZAS

May 2021

LOW CHOLESTEROL MENU - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 3	Tuesday 4	Wednesday 5	Thursday 6	Friday 7
Bank holiday	No school day	Chinese fried rice 3-8 Oven -baked hake filet 4 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Syrup peach	Chickpeas stew with "chorizo" Spanish omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	Cream of pumpkin and carrot soup Oven-baked beef hamburger 8 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
		Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and chicken
		Kc:689,6 Pr:52,1 Li:13,8 HC:85,7	Kc:764,8 Pr:24,2 Li:23,3 HC:107,4	Kc:767,8 Pr:23,8 Li:32,4 HC:82,4
Monday 10	Tuesday 11	Wednesday 12	Thursday 13	Friday 14
White beans stew 1-3 Baked hake bites 1-2T-3T-4-5T-6T-8T-10T-11T-13 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Apple ECOLOGIC	Potatoes in marinere sauce (squid and vegetable) 1-3-4-5T-6-13 Oven - baked pork loin Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon	Lentil stew with vegetables French omelette with cheese 2-3 Bread 1-12T-13T Pear	Vegetable spirals with tomato sauce 1-3T Provençal hake filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Chicken with mushroom sauce Bread 1-12T-13T Yogurt 2
Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and pork	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Salad and fish 4
Kc:707,3 Pr:27,1 Li:19,8 HC:109,2	Kc:614,5 Pr:31,2 Li:15,3 HC:80,1	Kc:617,2 Pr:23,5 Li:19,6 HC:75,6	Kc:669,5 Pr:39,3 Li:10,6 HC:98,7	Kc:555,4 Pr:43,3 Li:14,6 HC:58,3
Monday 17	Tuesday 18	Wednesday 19	Thursday 20	Friday 21
Sautéed french beans Oven-baked cured ham Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Apple	Rice with tomato sauce 4 Bread 1-12T-13T Orange	Cream of peas soup Eggs with sausages and tomato sauce 3-8 Bread 1-12T-13T Pear	SECOE style stew: Noodle soup 1-3T Chickpeas, carrot, potatoes, beef and chicken Bread 1-12T-13T Watermelon	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Battered hake filet 1-3-4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and egg 3	Dinner: Vegetables and pork
Kc:685,8 Pr:45,9 Li:12,6 HC:87,9	Kc:812,5 Pr:54,6 Li:13,4 HC:108,8	Kc:708,2 Pr:28,5 Li:27,1 HC:78,7	Kc:701,6 Pr:36,0 Li:15,8 HC:100,9	Kc:790,6 Pr:48,5 Li:16,6 HC:102,5
Monday 24	Tuesday 25	Wednesday 26	Thursday 27	Friday 28
Spaghetti with homemade tomato sauce 1-3T Oven - baked hake filet with piperrada 4 Bread 1-12T-13T Orange	Lentil stew Spanish omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Garden style beef stew with mushroom Bread 1-12T-13T Banana	Pinto beans Battered cod 1-3-4 Bread 1-12T-13T Melon	Potato in green sauce Oven-baked saxon filet Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Yogurt 2
Dinner: Vegetables and pork	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetable and fish 4
Kc:687,7 Pr:47,5 Li:13,4 HC:89,3	Kc:728,4 Pr:25,3 Li:20,2 HC:97,8	Kc:727,1 Pr:37,9 Li:13,8 HC:99,3	Kc:630,7 Pr:55,9 Li:13,6 HC:77,2	Kc:652,4 Pr:30,7 Li:15,7 HC:86,6
Monday 31	Tuesday 1	Wednesday 2	Thursday 3	Friday 4
Sautéed peas Beef meatballs (homemade) in sauce 1-3-13 Sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Melon				
Dinner: Salad and fish 4				
Kc:699,9 Pr:41,2 Li:21,9 HC:74,8				

Every menu will be served with water. Theoretical nutritional assessments are made for the age group 6-9 years (boys).

Suggestions for breakfast: always include a dairy product (milk, yogurt, cheese, junket...), a cereal, brown preferably (bread, cereals...) and a piece of fruit.

Suggestions for afternoon snack: include a dairy and/or fruit and a cereal. Also, occasionally, could be included lean cold meats.

1-Gluten	2-Milk	3-Egg	4-Fish	5-Crustacean	6-Molluscs	7-Peanut	8-Soya	9-Nuts	10-Celery	11-Mustard	12-Sesame	13-Sulphites	14-Lupin	T=TRACES
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------

Mayo 2021

MENÚ SIN CERDO - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7
Festivo	No lectivo	Arroz tres delicias (SC) 3 Boquerones al horno 1-4 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melocotón en almíbar	Garbanzos guisados Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Plátano	Crema de calabaza y zanahoria Hamburguesa de ternera al horno 8 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Helado 2-3-7-9
		S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:671,8 Pr:21,1 Li:18,9 HC:102,2	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:764,8 Pr:24,2 Li:23,3 HC:107,4	S. Cena Ensalada y pollo Kc:767,8 Pr:23,8 Li:32,4 HC:82,4
Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
Alubias blancas estofadas. 1-3 Varitas de merluza al horno 1-2T-3T-4-5T-6T-8T-10T-11T-13 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Manzana ECOLÓGICA	Patatas a la marinera. 1-3-4-5T-6-13 Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melón	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con queso 2-3 Pan 1-12T-13T Pera	Espirales con salsa de tomate 1-3T Filete de merluza a la provenzal 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Plátano	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Pechugas de pollo en salsa de champiñón Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Ensalada y ternera Kc:707,3 Pr:27,1 Li:19,8 HC:109,2	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:718,8 Pr:58,6 Li:15,1 HC:80,1	S. Cena Ensalada y pollo Kc:617,2 Pr:23,5 Li:19,6 HC:75,6	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:669,5 Pr:39,3 Li:10,6 HC:98,7	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:555,4 Pr:43,3 Li:14,6 HC:58,3
Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21
Judías verdes rehogadas Hamburguesa de ternera al horno 8 Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Manzana	Arroz con salsa de tomate Filete de abadejo en salsa verde 4 Pan 1-12T-13T Naranja	Crema de guisantes Huevos cocidos con salchichas y salsa de tomate 3-8 Pan 1-12T-13T Pera	Sopa de ave con fideos 1-3T Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo (SC) Pan 1-12T-13T Sandía	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Filete de merluza a la romana (al horno) 1-3-4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Helado 2-3-7-9
S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:749,3 Pr:26,6 Li:30,1 HC:79,9	S. Cena Ensalada y ternera Kc:812,5 Pr:54,6 Li:13,4 HC:108,8	S. Cena Verdura y pollo Kc:708,2 Pr:28,5 Li:27,1 HC:78,7	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:665,7 Pr:44,2 Li:17,9 HC:78,3	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:790,6 Pr:48,5 Li:16,6 HC:102,5
Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28
Espaguetis con salsa de tomate casera 1-3T Filete de merluza al horno con piperrada 4 Pan 1-12T-13T Naranja	Lentejas estofadas Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Sandía	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Estofado de ternera en salsa de verduras con setas Pan 1-12T-13T Plátano	Pintas Bacalao a la romana 1-3-4 Pan 1-12T-13T Melón	Patatas en salsa verde Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Verdura y pollo Kc:687,7 Pr:47,5 Li:13,4 HC:89,3	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:728,4 Pr:25,3 Li:20,2 HC:97,8	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:727,1 Pr:37,9 Li:13,8 HC:99,3	S. Cena Ensalada y ternera Kc:630,7 Pr:55,9 Li:13,6 HC:77,2	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:741,2 Pr:56,1 Li:14,6 HC:86,6
Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Guisantes rehogados Albóndigas de ternera (caseras) en salsa 1-3-13 Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Melón				
S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:699,9 Pr:41,2 Li:21,9 HC:74,8				

El menú irá acompañado de agua. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6-9 años (niños).

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

1-Gluten	2-Leche	3-Huevo	4-Pescado	5-Crustaceo	6-Moluscos	7-Cacahuete	8-Soja	9-Frutos secos	10-Apio	11-Mostaza	12-Sesamo	13-Sulfitos	14-Altramuces	T=TRAZAS
----------	---------	---------	-----------	-------------	------------	-------------	--------	----------------	---------	------------	-----------	-------------	---------------	----------

May 2021

PORK FREE MENU - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 3	Tuesday 4	Wednesday 5	Thursday 6	Friday 7
Bank holiday	No school day	Chinese fried rice (SC) 3 Oven-baked anchovies 1-4 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Syrup peach	Chickpeas stew with "chorizo" Spanish omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	Cream of pumpkin and carrot soup Oven-baked beef hamburger 8 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
		Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and chicken
		Kc:671,8 Pr:21,1 Li:18,9 HC:102,2	Kc:764,8 Pr:24,2 Li:23,3 HC:107,4	Kc:767,8 Pr:23,8 Li:32,4 HC:82,4
Monday 10	Tuesday 11	Wednesday 12	Thursday 13	Friday 14
White beans stew 1-3 Baked hake bites 1-2T-3T-4-5T-6T-8T-10T-11T-13 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Apple ECOLOGIC	Potatoes in marinere sauce (squid and vegetable) 1-3-4-5T-6-13 Oven-baked chicken filet Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon	Lentil stew with vegetables French omelette with cheese 2-3 Bread 1-12T-13T Pear	Vegetable spirals with tomato sauce 1-3T Provençal hake filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Chicken with mushroom sauce Bread 1-12T-13T Yogurt 2
Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Salad and fish 4
Kc:707,3 Pr:27,1 Li:19,8 HC:109,2	Kc:718,8 Pr:58,6 Li:15,1 HC:80,1	Kc:617,2 Pr:23,5 Li:19,6 HC:75,6	Kc:669,5 Pr:39,3 Li:10,6 HC:98,7	Kc:555,4 Pr:43,3 Li:14,6 HC:58,3
Monday 17	Tuesday 18	Wednesday 19	Thursday 20	Friday 21
Sautéed french beans Oven-baked beef hamburger 8 Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Apple	Rice with tomato sauce 4 Bread 1-12T-13T Orange	Cream of peas soup Eggs with sausages and tomato sauce 3-8 Bread 1-12T-13T Pear	Noodle poultry soup 1-3T Chickpeas, carrot, potatoes, beef and chicken (PF) Bread 1-12T-13T Watermelon	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Battered hake filet 1-3-4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetable and chicken	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3
Kc:749,3 Pr:26,6 Li:30,1 HC:79,9	Kc:812,5 Pr:54,6 Li:13,4 HC:108,8	Kc:708,2 Pr:28,5 Li:27,1 HC:78,7	Kc:665,7 Pr:44,2 Li:17,9 HC:78,3	Kc:790,6 Pr:48,5 Li:16,6 HC:102,5
Monday 24	Tuesday 25	Wednesday 26	Thursday 27	Friday 28
Spaghetti with homemade tomato sauce 1-3T Oven - baked hake filet with piperrada 4 Bread 1-12T-13T Orange	Lentil stew Spanish omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Garden style beef stew with mushroom Bread 1-12T-13T Banana	Pinto beans Battered cod 1-3-4 Bread 1-12T-13T Melon	Potato in green sauce Oven-baked chicken filet Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Yogurt 2
Dinner: Vegetable and chicken	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetable and fish 4
Kc:687,7 Pr:47,5 Li:13,4 HC:89,3	Kc:728,4 Pr:25,3 Li:20,2 HC:97,8	Kc:727,1 Pr:37,9 Li:13,8 HC:99,3	Kc:630,7 Pr:55,9 Li:13,6 HC:77,2	Kc:741,2 Pr:56,1 Li:14,6 HC:86,6
Monday 31	Tuesday 1	Wednesday 2	Thursday 3	Friday 4
Sautéed peas Beef meatballs (homemade) in sauce 1-3-13 Sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Melon				
Dinner: Salad and fish 4				
Kc:699,9 Pr:41,2 Li:21,9 HC:74,8				

Every menu will be served with water. Theoretical nutritional assessments are made for the age group 6-9 years (boys).

Suggestions for breakfast: always include a dairy product (milk, yogurt, cheese, junket...), a cereal, brown preferably (bread, cereals...) and a piece of fruit.

Suggestions for afternoon snack: include a dairy and/or fruit and a cereal.

1-Gluten	2-Milk	3-Egg	4-Fish	5-Crustacean	6-Molluscs	7-Peanut	8-Soya	9-Nuts	10-Celery	11-Mustard	12-Sesame	13-Sulphites	14-Lupin	T=TRACES
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------

Mayo 2021

MENÚ SIN GLUTEN - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7
Festivo	No lectivo	Arroz tres delicias 3-8 Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan (sin gluten) Melocotón en almíbar	Garbanzos guisados Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan (sin gluten) Plátano	Crema de calabaza y zanahoria 8 Hamburguesa de ternera al horno 8 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan (sin gluten) Helado 2-3-7-9
		S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:797,3 Pr:50,6 Li:13,9 HC:112,7	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:872,5 Pr:22,7 Li:23,5 HC:134,4	S. Cena Ensalada y pollo Kc:875,5 Pr:22,3 Li:32,5 HC:109,4
Lunes 10	Martes 11	Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14
Alubias blancas estofadas Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan (sin gluten) Manzana ECOLÓGICA	Patatas a la marinera (calamar y verduras) 6 Cinta de lomo al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan (sin gluten) Melón	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa con queso 2-3 Pan (sin gluten) Pera	Espirales con salsa de tomate (sin gluten) Filete de merluza a la provenzal 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan (sin gluten) Plátano	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Pechugas de pollo en salsa de champiñón Pan (sin gluten) Yogur 2
S. Cena Ensalada y pollo Kc:822,1 Pr:60,7 Li:13,3 HC:116,1	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:722,1 Pr:29,6 Li:15,5 HC:107,1	S. Cena Ensalada y ternera Kc:724,9 Pr:21,9 Li:19,8 HC:102,6	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:771,2 Pr:34,8 Li:10,4 HC:128,4	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:663,1 Pr:41,8 Li:14,7 HC:85,3
Lunes 17	Martes 18	Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21
Judías verdes rehogadas Lacón al horno Patatas panaderas 13 Pan (sin gluten) Manzana	Arroz con salsa de tomate Filete de abadejo en salsa verde 4 Pan (sin gluten) Naranja	Crema de guisantes Huevos cocidos con salchichas y salsa de tomate 3-8 Pan (sin gluten) Pera	Cocido: Sopa de fideos (sin gluten) Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo Pan (sin gluten) Sandía	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Merluza al horno con ajo y perejil 4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan (sin gluten) Helado 2-3-7-9
S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:793,5 Pr:44,3 Li:12,7 HC:114,9	S. Cena Ensalada y cerdo Kc:920,2 Pr:53,0 Li:13,5 HC:135,8	S. Cena Verdura y pollo Kc:815,9 Pr:27,0 Li:27,2 HC:105,7	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:816,5 Pr:31,1 Li:16,2 HC:132,6	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:793,0 Pr:53,9 Li:13,0 HC:104,4
Lunes 24	Martes 25	Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28
Espaguetis con salsa de tomate casera (sin gluten) Filete de merluza al horno con piperrada 4 Pan (sin gluten) Naranja	Lentejas estofadas Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan (sin gluten) Sandía	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas) Estofado de ternera en salsa de verduras con setas Pan (sin gluten) Plátano	Pintas Bacalao al horno 4 Pan (sin gluten) Melón	Patatas en salsa verde Filete de sajonia al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan (sin gluten) Yogur 2
S. Cena Verdura y pollo Kc:798,1 Pr:42,6 Li:13,1 HC:122,2	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:836,1 Pr:23,8 Li:20,4 HC:124,7	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:834,8 Pr:36,4 Li:13,9 HC:126,3	S. Cena Ensalada y ternera Kc:725,3 Pr:56,3 Li:12,0 HC:103,4	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:760,1 Pr:29,1 Li:15,8 HC:113,6
Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Guisantes rehogados Albóndigas de ternera con salsa de tomate 8-13 Patatas dado Pan (sin gluten) Melón				
S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:903,0 Pr:38,4 Li:26,5 HC:114,9				

NOTA: Todos los platos de este menú son aptos para celíacos ya que son elaborados con productos sin gluten.

El menú irá acompañado de agua. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6-9 años (niños).

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

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

1-Gluten 2-Leche 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustaceo 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos secos 10-Apio 11-Mostaza 12-Sesamo 13-Sulfitos 14-Altramuces T=TRAZAS

May 2021

GLUTEN FREE MENU - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 3	Tuesday 4	Wednesday 5	Thursday 6	Friday 7
Bank holiday	No school day	Chinese fried rice 3-8 Oven -baked hake filet 4 Lettuce and tomato salad 13 Bread (gluten free) Syrup peach	Chickpeas stew with "chorizo" Spanish omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread (gluten free) Banana	Cream of pumpkin and carrot soup Oven-baked beef hamburger 8 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread (gluten free) Ice-cream 2-3-7-9
		Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and chicken
		Kc:797,3 Pr:50,6 Li:13,9 HC:112,7	Kc:872,5 Pr:22,7 Li:23,5 HC:134,4	Kc:875,5 Pr:22,3 Li:32,5 HC:109,4
Monday 10	Tuesday 11	Wednesday 12	Thursday 13	Friday 14
White beans stew Oven -baked hake filet 4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread (gluten free) Apple ECOLOGIC	Potatoes in marinere sauce (squid and vegetable) 6 Oven - baked pork loin Lettuce and tomato salad 13 Bread (gluten free) Melon	Lentil stew with vegetables French omelette with cheese 2-3 Bread (gluten free) Pear	Vegetable spirals with tomato sauce (free gluten) Provenzal hake filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread (gluten free) Banana	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Chicken with mushroom sauce Bread (gluten free) Yogurt 2
Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Salad and fish 4
Kc:822,1 Pr:60,7 Li:13,3 HC:116,1	Kc:722,1 Pr:29,6 Li:15,5 HC:107,1	Kc:724,9 Pr:21,9 Li:19,8 HC:102,6	Kc:771,2 Pr:34,8 Li:10,4 HC:128,4	Kc:663,1 Pr:41,8 Li:14,7 HC:85,3
Monday 17	Tuesday 18	Wednesday 19	Thursday 20	Friday 21
Sautéed french beans Oven-baked cured ham Steamed sliced potatoes 13 Bread (gluten free) Apple	Rice with tomato sauce 4 Bread (gluten free) Orange	Cream of peas soup Eggs with sausages and tomato sauce 3-8 Bread (gluten free) Pear	SECOE style stew: Noodle soup (gluten free) Chickpeas, carrot, potatoes, beef and chicken Bread (gluten free) Watermelon	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Oven -baked hake with garlic and parsley 4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread (gluten free) Ice-cream 2-3-7-9
Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and pork	Dinner: Vegetable and chicken	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3
Kc:793,5 Pr:44,3 Li:12,7 HC:114,9	Kc:920,2 Pr:53,0 Li:13,5 HC:135,8	Kc:815,9 Pr:27,0 Li:27,2 HC:105,7	Kc:816,5 Pr:31,1 Li:16,2 HC:132,6	Kc:793,0 Pr:53,9 Li:13,0 HC:104,4
Monday 24	Tuesday 25	Wednesday 26	Thursday 27	Friday 28
Spaghetti with homemade tomato sauce (gluten free) Oven - baked hake filet with piperrada 4 Bread (gluten free) Orange	Lentil stew Spanish omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread (gluten free) Watermelon	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Garden style beef stew with mushroom Bread (gluten free) Banana	Pinto beans Oven-baked cod 4 Bread (gluten free) Melon	Potato in green sauce Oven-baked saxony filet Lettuce and tomato salad 13 Bread (gluten free) Yogurt 2
Dinner: Vegetable and chicken	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetable and fish 4
Kc:798,1 Pr:42,6 Li:13,1 HC:122,2	Kc:836,1 Pr:23,8 Li:20,4 HC:124,7	Kc:834,8 Pr:36,4 Li:13,9 HC:126,3	Kc:725,3 Pr:56,3 Li:12,0 HC:103,4	Kc:760,1 Pr:29,1 Li:15,8 HC:113,6
Monday 31	Tuesday 1	Wednesday 2	Thursday 3	Friday 4
Sautéed peas Beef meatballs with tomato sauce 8-13 Diced potatoes Bread (gluten free) Melon				
Dinner: Salad and fish 4				
Kc:903,0 Pr:38,4 Li:26,5 HC:114,9				

NOTE: all the dishes in this menu are suitable for gluten intolerant because they're made with **gluten free products**.

Every menu will be served with **water**. Theoretical nutritional assessments are made for the age group 6-9 years (boys).

Suggestions for breakfast: always include a dairy product (milk, yogurt, cheese, junket...), a gluten free cereal (bread, cereals...) and a piece of fruit.

Suggestions for afternoon snack: include a dairy and/or fruit and a gluten free cereal. Also, occasionally, could be included lean cold meats.

1-Gluten	2-Milk	3-Egg	4-Fish	5-Crustacean	6-Molluscs	7-Peanut	8-Soya	9-Nuts	10-Celery	11-Mustard	12-Sesame	13-Sulphites	14-Lupin	T=TRACES
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------