

# Mayo 2021

MENÚ GENERAL - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 3	Martes 4	Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7
<b>Festivo</b>	<b>No lectivo</b>	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 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:680,8 Pr:21,7 Li:18,9 HC:103,8	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 cerdo 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 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  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 cerdo 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 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	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 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: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 pescado 4 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

GENERAL MENU - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 3	Tuesday 4	Wednesday 5	Thursday 6	Friday 7
<b>Bank holiday</b>	<b>No school day</b>	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 Oven-baked beef hamburger 8 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
		<b>Dinner:</b> Vegetable and egg 3	<b>Dinner:</b> Vegetable and fish 4	<b>Dinner:</b> Salad and chicken
		Kc:680,8 Pr:21,7 Li:18,9 HC:103,8	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 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
<b>Dinner:</b> Salad and pork	<b>Dinner:</b> Vegetable and fish 4	<b>Dinner:</b> Salad and chicken	<b>Dinner:</b> Vegetable and egg 3	<b>Dinner:</b> 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
<b>Dinner:</b> Vegetable and fish 4	<b>Dinner:</b> Salad and pork	<b>Dinner:</b> Vegetable and fish 4	<b>Dinner:</b> Salad and egg 3	<b>Dinner:</b> 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: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 saxony filet Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Yogurt 2
<b>Dinner:</b> Vegetable and chicken	<b>Dinner:</b> Salad and fish 4	<b>Dinner:</b> Vegetable and egg 3	<b>Dinner:</b> Salad and beef	<b>Dinner:</b> 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 Diced potatoes Bread 1-12T-13T Melon				
<b>Dinner:</b> Salad and fish 4				
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
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------