

# Junio 2021

MENÚ GENERAL - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Guisantes rehogados	Crema de calabacín.	Garbanzos guisados	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas).	Sopa de estrellas con pollo y huevo
Albóndigas de ternera (caseras) en salsa 1-3-13	Boquerones al horno	Tortilla francesa	Salchichas de pavo con salsa de tomate	Filete de abadejo en salsa verde
Patatas dado	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz
Pan 1-12T-13T Melón	Pan Manzana	Pan Naranja	Pan Sandía ECOLÓGICA	Pan Helado
S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:740,7 Pr:41,9 Li:21,0 HC:85,3	S. Cena Verdura y pollo Kc:792,6 Pr:26,0 Li:18,2 HC:117,7	S. Cena Ensalada y pescado Kc:829,5 Pr:31,9 Li:29,1 HC:99,4	S. Cena Verdura y huevo Kc:852,9 Pr:25,2 Li:32,6 HC:107,3	S. Cena Ensalada y ternera Kc:983,5 Pr:77,1 Li:27,1 HC:94,7
Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11
Lentejas estofadas con verduras. 1-3	Macarrones con salsa de tomate casera. 1-3T-8	Cocido: Sopa de fideos 1-3T	Crema de calabaza y zanahoria. 1-3-13	Judías verdes con salsa de tomate casera
Tortilla de patata 3	Filete de merluza a la romana (al horno) 1-3-4	Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo	Filete de abadejo al horno en salsa marinera 4	Estofado de pollo con verduras
Ensalada de lechuga y zanahoria 13	Ensalada de lechuga y maíz 13		Ensalada de lechuga y tomate 13	Patatas dado
Pan 1-12T-13T Manzana	Pan 1-12T-13T Plátano	Pan 1-12T-13T Sandía	Pan 1-12T-13T Melón	Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Ensalada y pollo Kc:851,7 Pr:26,8 Li:20,8 HC:125,8	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:924,5 Pr:49,3 Li:15,1 HC:139,9	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:857,5 Pr:44,8 Li:18,5 HC:124,7	S. Cena Verdura y cerdo Kc:788,0 Pr:52,7 Li:13,0 HC:99,6	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:887,7 Pr:57,0 Li:16,2 HC:117,0
Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18
Paella valenciana. 1-3-4T-5-6-13	Puré de verduras frescas (acelgas, puerro, zanahorias y patatas). 1-3-13	Pintas	Guisantes rehogados	Sopa de ave con fideos 1-3T
Huevos con salsa de tomate 3	Pechugas de pollo rebozadas 1-2T-3T-4T-5T-6T-8-10T-11T-13T	Filete de merluza a la provenzal. 1-4-6-8	Albóndigas de ternera a la jardinera. 1-3-8-13	Varitas de merluza al horno 1-2T-3T-4-5T-6T-8T-10T-11T-13
Ensalada de lechuga y tomate 13	Ensalada de lechuga y maíz 13	Ensalada de lechuga y zanahoria 13	Cuscús 1	Ensalada de lechuga y zanahoria 13
Pan 1-12T-13T Naranja	Pan 1-12T-13T Sandía	Pan 1-12T-13T Melón	Pan 1-12T-13T Plátano	Pan integral 1-12-13T Helado 2-3-7-9
S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:724,6 Pr:37,4 Li:22,6 HC:88,0	S. Cena Ensalada y ternera Kc:1.017,8 Pr:38,4 Li:26,5 HC:144,4	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:706,9 Pr:48,2 Li:11,9 HC:105,4	S. Cena Ensalada y pollo Kc:1.104,7 Pr:47,4 Li:25,2 HC:153,6	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:888,5 Pr:42,4 Li:31,6 HC:101,7
Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25
Lentejas con chorizo	Espaguetis con salsa de tomate casera 1-3T	Judías verdes rehogadas. 1-3	Alubias blancas estofadas	Verano
Filete de sajonia al horno	Perrito caliente 1-8-12T	Filete de abadejo en salsa verde 4	Tortilla francesa 3	
Patatas panaderas 13		Ensalada de lechuga y tomate 13	Ensalada de lechuga y zanahoria 13	
Pan 1-12T-13T Pera	Pan 1-12T-13T Yogur 2	Pan 1-12T-13T Manzana	Pan 1-12T-13T Plátano	
S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:820,8 Pr:40,0 Li:17,9 HC:115,5	S. Cena Ensalada y huevo 3 Kc:874,1 Pr:28,1 Li:20,7 HC:142,3	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:890,3 Pr:60,3 Li:18,2 HC:99,0	S. Cena Ensalada y pollo Kc:890,3 Pr:34,0 Li:28,1 HC:122,0	
Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 1	Viernes 2
Verano	Verano	Verano	Verano	Verano

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.

## SECOE OS DESEA FELICES VACACIONES

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

Según el Reglamento 1169/2011 de información 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 Nutrición Humana y Dietética y Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos).

Calle Loeches parcela 62 nave 11 - Área empresarial Prado de la Encina - Ventorro del Cano - Alcorcón - 28925 Madrid T. 91 632 45 74 - F. 91 032 13 55 www.secoe.es R.S. 26.00012504/M

# June 2021

GENERAL MENU - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

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	Cream of courgette soup  Oven-baked anchovies  Lettuce and carrot salad Bread Apple	Chickpeas stew with "chorizo"  French omelette  Lettuce and tomato salad Bread Orange	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) Turkey sausages with tomato sauce Lettuce and carrot salad Bread Watermelon ECOLOGIC	Poultry soup with little stars, chicken and egg   Lettuce and sweetcorn salad Bread Ice-cream
<b>Dinner:</b> Salad and fish 4	<b>Dinner:</b> Vegetable and chicken	<b>Dinner:</b> Salad and fish	<b>Dinner:</b> Vegetable and egg	<b>Dinner:</b> Salad and beef
Kc:740,7 Pr:41,9 Li:21,0 HC:85,3	Kc:792,6 Pr:26,0 Li:18,2 HC:117,7	Kc:829,5 Pr:31,9 Li:29,1 HC:99,4	Kc:852,9 Pr:25,2 Li:32,6 HC:107,3	Kc:983,5 Pr:77,1 Li:27,1 HC:94,7
Monday 7	Tuesday 8	Wednesday 9	Thursday 10	Friday 11
Lentil stew with vegetables 1-3  Spanish omelette 3  Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Apple	Macaroni with homemade tomato sauce 1-3T-8 Battered hake filet 1-3-4  Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	SECOE style stew: Noodle soup 1-3T Chickpeas, carrot, potatoes, beef and chicken  Bread 1-12T-13T Watermelon	Cream of pumpkin and carrot soup 1-3-13 Oven-baked haddock filet in mariniere sauce 4 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon	French beans with homemade tomato sauce Chicken stew with vegetables  Diced potatoes Bread 1-12T-13T Yogurt 2
<b>Dinner:</b> Salad and chicken	<b>Dinner:</b> Vegetable and egg 3	<b>Dinner:</b> Salad and fish 4	<b>Dinner:</b> Vegetables and pork	<b>Dinner:</b> Salad and fish 4
Kc:851,7 Pr:26,8 Li:20,8 HC:125,8	Kc:924,5 Pr:49,3 Li:15,1 HC:139,9	Kc:857,5 Pr:44,8 Li:18,5 HC:124,7	Kc:788,0 Pr:52,7 Li:13,0 HC:99,6	Kc:887,7 Pr:57,0 Li:16,2 HC:117,0
Monday 14	Tuesday 15	Wednesday 16	Thursday 17	Friday 18
Valencian style paella 1-3-4T-5-6-13  Eggs with tomato sauce 3  Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Orange	Fresh vegetables purée (chard, leek, carrot and potatoes) 1-3-13  1-2T-3T-4T-5T-6T-8-10T-11T-13T  Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon	Pinto beans  Provenzal hake filet 1-4-6-8  Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Melon	Sautéed peas  Garden style beef meatballs 1-3-8-13  Cuscus 1 Bread 1-12T-13T Banana	Noodle poultry soup 1-3T  Baked hake bites 1-2T-3T-4-5T-6T-8T-10T-11T-13  Lettuce and carrot salad 13 Brown bread 1-12-13T Ice-cream 2-3-7-9
<b>Dinner:</b> Vegetable and fish 4	<b>Dinner:</b> Salad and beef	<b>Dinner:</b> Vegetable and fish 4	<b>Dinner:</b> Salad and chicken	<b>Dinner:</b> Vegetable and egg 3
Kc:724,6 Pr:37,4 Li:22,6 HC:88,0	Kc:1.017,8 Pr:38,4 Li:26,5 HC:144,4	Kc:706,9 Pr:48,2 Li:11,9 HC:105,4	Kc:1.104,7 Pr:47,4 Li:25,2 HC:153,6	Kc:888,5 Pr:42,4 Li:31,6 HC:101,7
Monday 21	Tuesday 22	Wednesday 23	Thursday 24	Friday 25
Lentil stew with chorizo  Oven-baked saxony filet Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Pear	Spaghetti with homemade tomato sauce 1-3T Hot dog 1-8-12T  Bread 1-12T-13T Yogurt 2	Sautéed french beans 1-3  4 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Apple	White beans stew  French omelette 3 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Banana	<b>Summer</b>
<b>Dinner:</b> Vegetable and fish 4	<b>Dinner:</b> Salad and egg 3	<b>Dinner:</b> Vegetable and fish 4	<b>Dinner:</b> Salad and chicken	
Kc:820,8 Pr:40,0 Li:17,9 HC:115,5	Kc:874,1 Pr:28,1 Li:20,7 HC:142,3	Kc:890,3 Pr:60,3 Li:18,2 HC:99,0	Kc:890,3 Pr:34,0 Li:28,1 HC:122,0	
Monday 28	Tuesday 29	Wednesday 30	Thursday 1	Friday 2
<b>Summer</b>	<b>Summer</b>	<b>Summer</b>	<b>Summer</b>	<b>Summer</b>

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.

## SECOE WISHES YOU A HAPPY HOLIDAYS

1-Gluten T=TRACES	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
----------------------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------