

Septiembre 2021

MENÚ SIN CERDO - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
Verano	Crema de calabacín Tortilla de patata 3 Loncha de queso 2 Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Espaguetis con salsa de tomate casera 1-3T Filete de abadejo a la romana 1-3-4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Hamburguesa de ternera al horno 8 Ensalada de quinoa integral Pan 1-12T-13T Melón ECOLÓGICO Leche (opcional) 2	Alubias blancas estofadas Empanadillas de atún 1-2T-3T-4-5T-6T-8T-10T Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan integral 1-12-13T Yogur 2
	S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y pollo	S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y huevo 3
Kc:729,7 Pr:18,8 Li:18,6 HC:108,9	Kc:854,4 Pr:60,1 Li:18,2 HC:100,9	Kc:650,9 Pr:23,9 Li:25,1 HC:74,1	Kc:800,8 Pr:31,5 Li:25,8 HC:110,5	
Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Marmitako 4 Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Garbanzos guisados Boquerones al horno 1-4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Sandía Leche (opcional) 2	Sopa de ave con fideos 1-3T Albóndigas de pollo en salsa 1T-8 Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Guisantes rehogados con jamón Huevos cocidos con salsa de tomate 3 Pan integral 1-12-13T Manzana Leche (opcional) 2	Macarrones a la italiana (tomate, queso y orégano) 1-2-3T Filete de merluza al horno con piperrada 4 Pan 1-12T-13T Helado 2-3-7-9
S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y ternera	S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Ensalada y pollo	S. Cena Verdura y huevo 3
Kc:761,9 Pr:54,6 Li:12,6 HC:96,6	Kc:753,6 Pr:30,0 Li:21,1 HC:106,4	Kc:874,7 Pr:53,3 Li:27,0 HC:110,9	Kc:665,0 Pr:35,6 Li:22,7 HC:66,0	Kc:766,6 Pr:47,1 Li:19,0 HC:98,1
Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Crema de calabaza y zanahoria Estofado de pollo con verduras Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Judías verdes rehogadas Filete de abadejo al horno en salsa marinera 4 Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Manzana Leche (opcional) 2	Pintas Hamburguesa de ternera al horno 8 Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Macarrones a la napolitana 1-3T Varitas de merluza al horno 1-2T-3T-4-5T-6T-8T-10T-11T-13 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Melón Leche (opcional) 2	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa 3 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan integral 1-12-13T Yogur 2
S. Cena Verdura y pescado 4	S. Cena Ensalada y ternera	S. Cena Verdura y huevo 3	S. Cena Verdura y pavo	S. Cena Arroz y pescado 4
Kc:773,7 Pr:48,9 Li:10,7 HC:107,6	Kc:823,2 Pr:55,4 Li:14,5 HC:101,4	Kc:791,8 Pr:31,1 Li:28,7 HC:103,1	Kc:766,1 Pr:21,8 Li:16,4 HC:128,3	Kc:823,0 Pr:36,3 Li:32,4 HC:81,5
Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
Garbanzos guisados Salchichas de pavo con salsa de tomate 8 Pan 1-12T-13T Sandía Leche (opcional) 2	Guisantes rehogados Albóndigas de ternera a la jardinera. 1-3-8-13 Patatas dado Pan integral 1-12-13T Plátano Leche (opcional) 2	Coditos con salsa de tomate casera 1-3T Calamares a la romana 1-2T-3T-4-5T-6-8T-13T Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Manzana Leche (opcional) 2	Patatas en salsa verde Hamburguesa de pollo Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melón Leche (opcional) 2	
S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y huevo 3	S. Cena Verdura y ternera	S. Cena Verdura y pescado 4	
Kc:785,3 Pr:29,3 Li:33,1 HC:89,3	Kc:935,8 Pr:42,9 Li:27,1 HC:113,1	Kc:818,6 Pr:22,6 Li:18,8 HC:133,1	Kc:951,6 Pr:25,1 Li:24,6 HC:148,2	

Fibra	Colect.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
2,47	6,66	0,43	0,72	0,86	22,82	1,79	171,69	97,69	0,11	0,09	28,54	14,93

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

¡SECOE OS DA LA BIENVENIDA AL NUEVO CURSO ESCOLAR!

September 2021

PORK FREE MENU - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 6	Tuesday 7	Wednesday 8	Thursday 9	Friday 10
Summer Cream of courgette soup Spanish omelette 3 Grilled cheese 2 Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Cream of courgette soup Spanish omelette 3 Grilled cheese 2 Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Spaghetti with homemade tomato sauce 1-3T Battered haddock filet 1-3-4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Oven-baked beef hamburger 8 Brown quinoa Bread 1-12T-13T Melon ECOLOGIC Milk (optional) 2	White beans stew Tuna pastries 1-2T-3T-4-5T-6T-8T-10T Lettuce and tomato salad 13 Brown bread 1-12-13T Yoghurt 2
	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and chicken	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3
Kc:729,7 Pr:18,8 Li:18,6 HC:108,9	Kc:854,4 Pr:60,1 Li:18,2 HC:100,9	Kc:650,9 Pr:23,9 Li:25,1 HC:74,1	Kc:800,8 Pr:31,5 Li:25,8 HC:110,5	
Monday 13	Tuesday 14	Wednesday 15	Thursday 16	Friday 17
Marmitako 4 Oven-baked chicken filet Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Chickpeas stew with "chorizo" Oven-baked anchovies 1-4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon Milk (optional) 2	Noodle poultry soup 1-3T Chicken meatballs with sauce 1T-8 Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Sautéed peas with ham Eggs with tomato sauce 3 Brown bread 1-12-13T Apple Milk 2	Italian style macaroni (tomato, cheese and oregano) 1-2-3T Oven - baked hake filet with piperrada 4 Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and beef	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetable and egg 3
Kc:761,9 Pr:54,6 Li:12,6 HC:96,6	Kc:753,6 Pr:30,0 Li:21,1 HC:106,4	Kc:874,7 Pr:53,3 Li:27,0 HC:110,9	Kc:665,0 Pr:35,6 Li:22,7 HC:66,0	Kc:766,6 Pr:47,1 Li:19,0 HC:98,1
Monday 20	Tuesday 21	Wednesday 22	Thursday 23	Friday 24
Cream of pumpkin and carrot soup Chicken stew with vegetables Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Sautéed french beans Oven-baked haddock filet in marinere sauce 4 Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Apple Milk (optional) 2	Pinto beans Oven-baked beef hamburger 8 Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Macaroni Napolitana 1-3T Baked hake bites 1-2T-3T-4-5T-6T-8T-10T-11T-13 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Melon Milk (optional) 2	Lentil stew with vegetables French omelette 3 Lettuce and tomato salad 13 Brown bread 1-12-13T Yoghurt 2
Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetable and turkey	Dinner: Rice and fish 4
Kc:773,7 Pr:48,9 Li:10,7 HC:107,6	Kc:823,2 Pr:55,4 Li:14,5 HC:101,4	Kc:791,8 Pr:31,1 Li:28,7 HC:103,1	Kc:766,1 Pr:21,8 Li:16,4 HC:128,3	Kc:823,0 Pr:36,3 Li:32,4 HC:81,5
Monday 27	Tuesday 28	Wednesday 29	Thursday 30	Friday 1
Chickpeas stew with "chorizo" Turkey sausages with tomato sauce 8 Bread 1-12T-13T Watermelon Milk (optional) 2	Sautéed peas Garden style beef meatballs 1-3-8-13 Diced potatoes Brown bread 1-12-13T Banana Milk 2	Pasta shells with homemade tomato sauce 1-3T Battered calamari 1-2T-3T-4-5T-6-8T-13T Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Apple Milk (optional) 2	Potato in green sauce Chicken hamburger Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon Milk (optional) 2	
Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetable and beef	Dinner: Vegetable and fish 4	
Kc:785,3 Pr:29,3 Li:33,1 HC:89,3	Kc:935,8 Pr:42,9 Li:27,1 HC:113,1	Kc:818,6 Pr:22,6 Li:18,8 HC:133,1	Kc:951,6 Pr:25,1 Li:24,6 HC:148,2	

Fibra	Colect.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
2,47	6,66	0,43	0,72	0,86	22,82	1,79	171,69	97,69	0,11	0,09	28,54	14,93

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

¡¡ SECOE WELCOMED YOU TO THE NEW SCHOOL YEAR!!

Septiembre 2021

MENÚ SIN GLUTEN - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
Verano	Crema de calabacín Tortilla de patata 3 Loncha de queso 2 Pan (sin gluten) Plátano Leche (opcional) 2	Espaguetis con salsa de tomate casera (sin gluten) Filete de abadejo al horno 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan (sin gluten) Pera Leche (opcional) 2	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Hamburguesa de ternera al horno 8 Ensalada de quinoa integral Pan (sin gluten) Melón ECOLÓGICO Leche (opcional) 2	Alubias blancas estofadas Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan (sin gluten) Yogur 2
	S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y cerdo	S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y huevo 3
	Kc:776,4 Pr:15,6 Li:18,5 HC:122,9	Kc:812,5 Pr:46,2 Li:11,6 HC:119,7	Kc:697,6 Pr:20,7 Li:24,9 HC:88,2	Kc:823,6 Pr:64,6 Li:15,9 HC:106,8
Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Marmitako 4 Cinta de lomo al horno con salsa de manzana Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan (sin gluten) Pera Leche (opcional) 2	Garbanzos guisados Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan (sin gluten) Sandía Leche (opcional) 2	Sopa de ave con fideos (sin gluten) Albóndigas de pollo en salsa (caseras) 13 Pan (sin gluten) Plátano Leche (opcional) 2	Guisantes rehogados con jamón Huevos cocidos con salsa de tomate 3 Pan (sin gluten) Manzana Leche (opcional) 2	Macarrones a la napolitana (sin gluten) Filete de merluza al horno con piperrada 4 Pan (sin gluten) Helado 2-3-7-9
S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y ternera	S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Ensalada y pollo	S. Cena Verdura y huevo 3
Kc:724,4 Pr:24,3 Li:13,8 HC:112,6	Kc:819,2 Pr:58,5 Li:15,3 HC:104,8	Kc:926,2 Pr:50,9 Li:20,9 HC:118,1	Kc:712,7 Pr:30,5 Li:20,4 HC:88,6	Kc:812,8 Pr:42,0 Li:14,7 HC:122,8
Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Crema de calabaza y zanahoria Estofado de pollo con verduras Pan (sin gluten) Pera Leche (opcional) 2	Judías verdes rehogadas Filete de abadejo al horno en salsa marinera 4 Patatas panaderadas 13 Pan (sin gluten) Manzana Leche (opcional) 2	Pintas con chorizo Sajonia a la gallega Pan (sin gluten) Plátano Leche (opcional) 2	Macarrones a la napolitana (sin gluten) Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan (sin gluten) Melón Leche (opcional) 2	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa 3 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan (sin gluten) Yogur 2
S. Cena Verdura y pescado 4	S. Cena Ensalada y ternera	S. Cena Verdura y huevo 3	S. Cena Verdura y pavo	S. Cena Arroz y pescado 4
Kc:820,4 Pr:45,8 Li:10,5 HC:121,6	Kc:869,9 Pr:52,3 Li:14,3 HC:115,4	Kc:818,9 Pr:41,4 Li:21,7 HC:116,8	Kc:790,4 Pr:49,9 Li:9,1 HC:120,5	Kc:870,7 Pr:31,2 Li:30,1 HC:104,1
Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
Garbanzos guisados Salchichas de pavo con salsa de tomate 8 Pan (sin gluten) Sandía Leche (opcional) 2	Guisantes rehogados Albóndigas de ternera a la jardinera 8-13 Patatas dado Pan (sin gluten) Plátano Leche (opcional) 2	Macarrones con salsa de tomate casera (sin gluten) Calamares en salsa 6 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan (sin gluten) Manzana Leche (opcional) 2	Patatas en salsa verde Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan (sin gluten) Melón Leche (opcional) 2	
S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y huevo 3	S. Cena Verdura y ternera	S. Cena Verdura y pescado 4	
Kc:832,0 Pr:26,1 Li:32,9 HC:103,3	Kc:983,5 Pr:37,8 Li:24,8 HC:135,7	Kc:809,5 Pr:28,7 Li:15,1 HC:131,7	Kc:811,5 Pr:51,0 Li:13,7 HC:110,7	

Fibra	Colect.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
70,73	12,66	0,29	0,76	0,94	21,80	1,65	121,86	97,64	0,11	0,08	26,31	15,39

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

¡SECOE OS DA LA BIENVENIDA AL NUEVO CURSO ESCOLAR!

September 2021

GLUTEN FREE MENU - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 6	Tuesday 7	Wednesday 8	Thursday 9	Friday 10
Summer	Cream of courgette soup Spanish omelette 3 Grilled cheese 2 Bread (gluten free) Banana Milk (optional) 2	Spaghetti with homemade tomato sauce (gluten free) Oven - baked haddock filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread (gluten free) Pear Milk (optional) 2	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Oven-baked beef hamburger 8 Brown quinoa Bread (gluten free) Melon ECOLOGIC Milk (optional) 2	White beans stew Oven -baked hake filet 4 Lettuce and tomato salad 13 Bread (gluten free) Yoghurt 2
	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and pork	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3
	Kc:776,4 Pr:15,6 Li:18,5 HC:122,9	Kc:812,5 Pr:46,2 Li:11,6 HC:119,7	Kc:697,6 Pr:20,7 Li:24,9 HC:88,2	Kc:823,6 Pr:64,6 Li:15,9 HC:106,8
Monday 13	Tuesday 14	Wednesday 15	Thursday 16	Friday 17
Marmitako 4 Grilled pork loin with apple sauce Lettuce and carrot salad 13 Bread (gluten free) Pear Milk (optional) 2	Chickpeas stew with "chorizo" Oven -baked hake filet 4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread (gluten free) Watermelon Milk (optional) 2	Noodle poultry soup (gluten free) Chicken meatballs with sauce (homemade) 13 Bread (gluten free) Banana Milk (optional) 2	Sautéed peas with ham Eggs with tomato sauce 3 Bread (gluten free) Apple Milk 2	Macaroni Napolitana (gluten free) Oven - baked hake filet with piperrada 4 Bread (gluten free) Ice-cream 2-3-7-9
Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and beef	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetable and egg 3
Kc:724,4 Pr:24,3 Li:13,8 HC:112,6	Kc:819,2 Pr:58,5 Li:15,3 HC:104,8	Kc:926,2 Pr:50,9 Li:20,9 HC:118,1	Kc:712,7 Pr:30,5 Li:20,4 HC:88,6	Kc:812,8 Pr:42,0 Li:14,7 HC:122,8
Monday 20	Tuesday 21	Wednesday 22	Thursday 23	Friday 24
Cream of pumpkin and carrot soup Chicken stew with vegetables Bread (gluten free) Pear Milk (optional) 2	Sautéed french beans Oven-baked haddock filet in marinere sauce 4 Steamed sliced potatoes 13 Bread (gluten free) Apple Milk (optional) 2	Pinto beans with chorizo Galician style saxony filet Bread (gluten free) Banana Milk (optional) 2	Macaroni Napolitana (gluten free) Oven -baked hake filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread (gluten free) Melon Milk (optional) 2	Lentil stew with vegetables French omelette 3 Lettuce and tomato salad 13 Bread (gluten free) Yoghurt 2
Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetable and turkey	Dinner: Rice and fish 4
Kc:820,4 Pr:45,8 Li:10,5 HC:121,6	Kc:869,9 Pr:52,3 Li:14,3 HC:115,4	Kc:818,9 Pr:41,4 Li:21,7 HC:116,8	Kc:790,4 Pr:49,9 Li:9,1 HC:120,5	Kc:870,7 Pr:31,2 Li:30,1 HC:104,1
Monday 27	Tuesday 28	Wednesday 29	Thursday 30	Friday 1
Chickpeas stew with "chorizo" Turkey sausages with tomato sauce 8 Bread (gluten free) Watermelon Milk (optional) 2	Sautéed peas Garden style beef meatballs 8-13 Diced potatoes Bread (gluten free) Banana Milk 2	Macaroni with homemade tomato sauce (gluten free) Calamari in sauce 6 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread (gluten free) Apple Milk (optional) 2	Potato in green sauce Oven-baked chicken filet Lettuce and tomato salad 13 Bread (gluten free) Melon Milk (optional) 2	
Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetable and beef	Dinner: Vegetable and fish 4	
Kc:832,0 Pr:26,1 Li:32,9 HC:103,3	Kc:983,5 Pr:37,8 Li:24,8 HC:135,7	Kc:809,5 Pr:28,7 Li:15,1 HC:131,7	Kc:811,5 Pr:51,0 Li:13,7 HC:110,7	

Fibra	Colect.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
70,73	12,66	0,29	0,76	0,94	21,80	1,65	121,86	97,64	0,11	0,08	26,31	15,39

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
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------

¡¡ SECOE WELCOMED YOU TO THE NEW SCHOOL YEAR!!

Septiembre 2021

ALERGIA A PESCADO Y MARISCO - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
Verano	Crema de calabacín Tortilla de patata 3 Loncha de queso 2 Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Espaguetis con salsa de tomate casera 1-3T Filete de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Hamburguesa de ternera al horno 8 Ensalada de quinoa integral Pan 1-12T-13T Melón ECOLÓGICO Leche (opcional) 2	Alubias blancas estofadas. 1-3 Croquetas de jamón (caseras) 1-2 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan integral 1-12-13T Yogur 2
	S. Cena Ensalada y ternera Kc:729,7 Pr:18,8 Li:18,6 HC:108,9	S. Cena Verdura y cerdo Kc:775,5 Pr:55,0 Li:15,7 HC:98,7	S. Cena Ensalada y pollo Kc:650,9 Pr:23,9 Li:25,1 HC:74,1	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:759,3 Pr:39,0 Li:21,2 HC:108,6
Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Patatas guisadas con verduras (zanahoria y pimiento) Cinta de lomo al horno con salsa de manzana Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Garbanzos guisados Salchichas de pavo con salsa de tomate 8 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Sandía Leche (opcional) 2	Sopa de ave con fideos 1-3T Albóndigas de pollo en salsa 1T-8 Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Guisantes rehogados con jamón Huevos cocidos con salsa de tomate 3 Pan integral 1-12-13T Manzana Leche (opcional) 2	Arroz con verduras Filete de pollo al horno Pan 1-12T-13T Helado 2-3-7-9
S. Cena Ensalada y pavo Kc:677,7 Pr:27,4 Li:13,9 HC:98,6	S. Cena Verdura y ternera Kc:825,2 Pr:30,0 Li:36,0 HC:91,0	S. Cena Ensalada y cerdo Kc:874,7 Pr:53,3 Li:27,0 HC:110,9	S. Cena Ensalada y pollo Kc:665,0 Pr:35,6 Li:22,7 HC:66,0	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:750,3 Pr:52,5 Li:14,3 HC:101,8
Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Crema de calabaza y zanahoria. 1-3-13 Estofado de pollo con verduras Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Judías verdes rehogadas. 1-3 Hamburguesa de ternera al horno 8 Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Manzana Leche (opcional) 2	Pintas con chorizo Sajonia a la gallega Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Macarrones a la napolitana 1-3T Croquetas de jamón (caseras) 1-2 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Melón Leche (opcional) 2	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa 3 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan integral 1-12-13T Yogur 2
S. Cena Verdura y cerdo Kc:773,8 Pr:48,9 Li:10,7 HC:107,6	S. Cena Ensalada y pollo Kc:850,9 Pr:28,4 Li:30,7 HC:101,1	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:772,2 Pr:44,5 Li:21,9 HC:102,7	S. Cena Verdura y pavo Kc:756,7 Pr:26,2 Li:12,7 HC:132,6	S. Cena Verdura y ternera Kc:823,0 Pr:36,3 Li:32,4 HC:81,5
Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
Garbanzos guisados Salchichas de pavo con salsa de tomate 8 Pan 1-12T-13T Sandía Leche (opcional) 2	Guisantes rehogados Albóndigas de ternera a la jardinera. 1-3-8-13 Patatas dado Pan integral 1-12-13T Plátano Leche (opcional) 2	Coditos con salsa de tomate casera 1-3T Lacón al horno Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Manzana Leche (opcional) 2	Patatas en salsa verde Hamburguesa de pollo (casera) 1-13 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melón Leche (opcional) 2	
S. Cena Ensalada y cerdo Kc:785,3 Pr:29,3 Li:33,1 HC:89,3	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:935,8 Pr:42,9 Li:27,1 HC:113,1	S. Cena Verdura y pollo Kc:789,1 Pr:46,6 Li:12,3 HC:116,9	S. Cena Verdura y ternera Kc:735,1 Pr:37,2 Li:12,3 HC:101,6	

Fibra	Colect.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
3,04	0,09	0,54	0,91	1,05	26,11	2,19	220,07	136,60	0,14	0,09	35,48	20,54

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

¡SECOE OS DA LA BIENVENIDA AL NUEVO CURSO ESCOLAR!

September 2021

ALLERGY TO FISH AND SHELLFISH - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 6	Tuesday 7	Wednesday 8	Thursday 9	Friday 10
Summer	Cream of courgette soup Spanish omelette 3 Grilled cheese 2 Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Spaghetti with homemade tomato sauce 1-3T Oven-baked chicken filet Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Oven-baked beef hamburger 8 Brown quinoa Bread 1-12T-13T Melon ECOLOGIC Milk (optional) 2	White beans stew 1-3 Ham croquettes (homemade) 1-2 Lettuce and tomato salad 13 Brown bread 1-12-13T Yoghurt 2
	Dinner: Salad and beef Kc:729,7 Pr:18,8 Li:18,6 HC:108,9	Dinner: Vegetable and pork Kc:775,5 Pr:55,0 Li:15,7 HC:98,7	Dinner: Salad and chicken Kc:650,9 Pr:23,9 Li:25,1 HC:74,1	Dinner: Vegetable and egg 3 Kc:759,3 Pr:39,0 Li:21,2 HC:108,6
Monday 13	Tuesday 14	Wednesday 15	Thursday 16	Friday 17
Potato stew with vegetables (carrot and pepper) Grilled pork loin with apple sauce Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Chickpeas stew with "chorizo" Turkey sausages with tomato sauce 8 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon Milk (optional) 2	Noodle poultry soup 1-3T Chicken meatballs with sauce 1T-8 Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Sautéed peas with ham Eggs with tomato sauce 3 Brown bread 1-12-13T Apple Milk 2	Rice with vegetables Oven-baked chicken filet Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
Dinner: Salad and turkey Kc:677,7 Pr:27,4 Li:13,9 HC:98,6	Dinner: Vegetable and beef Kc:825,2 Pr:30,0 Li:36,0 HC:91,0	Dinner: Salad and pork Kc:874,7 Pr:53,3 Li:27,0 HC:110,9	Dinner: Salad and chicken Kc:665,0 Pr:35,6 Li:22,7 HC:66,0	Dinner: Vegetable and egg 3 Kc:750,3 Pr:52,5 Li:14,3 HC:101,8
Monday 20	Tuesday 21	Wednesday 22	Thursday 23	Friday 24
Cream of pumpkin and carrot soup 1-3-13 Chicken stew with vegetables Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Sautéed french beans 1-3 Oven-baked beef hamburger 8 Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Apple Milk (optional) 2	Pinto beans with chorizo Galician style saxony filet Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Macaroni Napolitana 1-3T Ham croquettes (homemade) 1-2 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Melon Milk (optional) 2	Lentil stew with vegetables French omelette 3 Lettuce and tomato salad 13 Brown bread 1-12-13T Yoghurt 2
Dinner: Vegetables and pork Kc:773,8 Pr:48,9 Li:10,7 HC:107,6	Dinner: Salad and chicken Kc:850,9 Pr:28,4 Li:30,7 HC:101,1	Dinner: Vegetable and egg 3 Kc:772,2 Pr:44,5 Li:21,9 HC:102,7	Dinner: Vegetable and turkey Kc:756,7 Pr:26,2 Li:12,7 HC:132,6	Dinner: Vegetables and beef Kc:823,0 Pr:36,3 Li:32,4 HC:81,5
Monday 27	Tuesday 28	Wednesday 29	Thursday 30	Friday 1
Chickpeas stew with "chorizo" Turkey sausages with tomato sauce 8 Bread 1-12T-13T Watermelon Milk (optional) 2	Sautéed peas Garden style beef meatballs 1-3-8-13 Diced potatoes Brown bread 1-12-13T Banana Milk 2	Pasta shells with homemade tomato sauce 1-3T Oven-baked cured ham Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Apple Milk (optional) 2	Potato in green sauce Homemade chicken hamburger 1-13 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon Milk (optional) 2	
Dinner: Salad and pork Kc:785,3 Pr:29,3 Li:33,1 HC:89,3	Dinner: Vegetable and egg 3 Kc:935,8 Pr:42,9 Li:27,1 HC:113,1	Dinner: Vegetable and chicken Kc:789,1 Pr:46,6 Li:12,3 HC:116,9	Dinner: Vegetables and beef Kc:735,1 Pr:37,2 Li:12,3 HC:101,6	

Fibra	Colest.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
3,04	0,09	0,54	0,91	1,05	26,11	2,19	220,07	136,60	0,14	0,09	35,48	20,54

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
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------

¡¡ SECOE WELCOMED YOU TO THE NEW SCHOOL YEAR!!

Septiembre 2021

ALERGIA A LEGUMBRES - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
Verano	Crema de calabacín Tortilla de patata 3 Loncha de queso 2 Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Espaguetis con salsa de tomate casera 1-3T Filete de abadejo a la romana 1-3-4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Hamburguesa de ternera al horno (casera) 1-13 Ensalada de quinoa integral Pan 1-12T-13T Melón ECOLÓGICO Leche (opcional) 2	Arroz con verduras Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Yogur 2
	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:729,7 Pr:18,8 Li:18,6 HC:108,9	S. Cena Verdura y cerdo Kc:854,4 Pr:60,1 Li:18,2 HC:100,9	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:727,4 Pr:40,3 Li:18,1 HC:97,3	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:809,0 Pr:59,1 Li:13,3 HC:108,9
Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Marmitako 4 Cinta de lomo al horno con salsa de manzana Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Coliflor rehogada Boquerones al horno 1-4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Sandía Leche (opcional) 2	Sopa de ave con fideos 1-3T Albóndigas de pollo en salsa (caseras) 13 Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Huevos cocidos con salsa de tomate 3 Pan 1-12T-13T Manzana Leche (opcional) 2	Paella valenciana. 1-3-4T-5-6-13 Filete de merluza al horno con piperrada 4 Pan 1-12T-13T Helado 2-3-7-9
S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:677,7 Pr:27,4 Li:13,9 HC:98,6	S. Cena Verdura y ternera Kc:674,5 Pr:23,7 Li:29,0 HC:76,6	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:875,9 Pr:55,7 Li:21,0 HC:101,8	S. Cena Ensalada y pollo Kc:634,4 Pr:26,2 Li:18,4 HC:83,5	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:746,9 Pr:56,9 Li:17,7 HC:87,8
Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Crema de calabaza y zanahoria. 1-3-13 Estofado de pavo con verduras (sin legumbre) Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Brócoli con zanahoria Filete de abadejo al horno en salsa marinera 4 Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Manzana Leche (opcional) 2	Patatas con chorizo Sajonia a la gallega Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Macarrones a la napolitana 1-3T Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Melón Leche (opcional) 2	Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa 3 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Yogur 2
S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:753,7 Pr:49,2 Li:10,7 HC:104,0	S. Cena Ensalada y ternera Kc:743,5 Pr:55,2 Li:11,6 HC:90,8	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:795,1 Pr:38,7 Li:22,5 HC:100,3	S. Cena Verdura y pavo Kc:749,7 Pr:56,3 Li:9,7 HC:103,7	S. Cena Arroz y pescado 4 Kc:897,3 Pr:28,7 Li:29,2 HC:123,8
Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
Puré de verduras, acelgas y espinacas Huevos cocidos con salsa de tomate 3 Pan 1-12T-13T Sandía Leche (opcional) 2	Brócoli con zanahoria Albóndigas de ternera (caseras) a la jardinera (sin legumbres) 1-13 Patatas dado Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Coditos con salsa de tomate casera 1-3T Calamares en salsa 6 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Manzana Leche (opcional) 2	Patatas en salsa verde Hamburguesa de pollo (casera) 1-13 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melón Leche (opcional) 2	
S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:667,8 Pr:25,2 Li:20,5 HC:86,7	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:869,4 Pr:39,1 Li:19,9 HC:122,7	S. Cena Verdura y ternera Kc:770,3 Pr:35,9 Li:16,1 HC:112,7	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:735,1 Pr:37,2 Li:12,3 HC:101,6	

Fibra	Colect.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
2,08	9,66	0,34	0,78	1,01	25,77	0,91	181,08	91,16	0,10	0,09	31,80	25,28

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
----------	---------	---------	-----------	-------------	------------	-------------	--------	----------------	---------	------------	-----------	-------------

¡SECOE OS DA LA BIENVENIDA AL NUEVO CURSO ESCOLAR!

September 2021

ALLERGY TO PULSES - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 6	Tuesday 7	Wednesday 8	Thursday 9	Friday 10
Summer	Cream of courgette soup Spanish omelette 3 Grilled cheese 2 Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Spaghetti with homemade tomato sauce 1-3T Battered haddock filet 1-3-4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Oven-baked beef hamburger (homemade) 1-13 Brown quinoa Bread 1-12T-13T Melon ECOLOGIC Milk (optional) 2	Rice with vegetables Oven-baked hake filet 4 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Yoghurt 2
	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and pork	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3
	Kc:729,7 Pr:18,8 Li:18,6 HC:108,9	Kc:854,4 Pr:60,1 Li:18,2 HC:100,9	Kc:727,4 Pr:40,3 Li:18,1 HC:97,3	Kc:809,0 Pr:59,1 Li:13,3 HC:108,9
Monday 13	Tuesday 14	Wednesday 15	Thursday 16	Friday 17
Marmitako 4 Grilled pork loin with apple sauce Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Sautéed cauliflower Oven-baked anchovies 1-4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon Milk (optional) 2	Noodle poultry soup 1-3T Chicken meatballs with sauce (homemade) 13 Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Eggs with tomato sauce 3 Bread 1-12T-13T Apple Milk 2	Valencian style paella 1-3-4T-5-6-13 Oven-baked hake filet with piperrada 4 Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and beef	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetable and egg 3
Kc:677,7 Pr:27,4 Li:13,9 HC:98,6	Kc:674,5 Pr:23,7 Li:29,0 HC:76,6	Kc:875,9 Pr:55,7 Li:21,0 HC:101,8	Kc:634,4 Pr:26,2 Li:18,4 HC:83,5	Kc:746,9 Pr:56,9 Li:17,7 HC:87,8
Monday 20	Tuesday 21	Wednesday 22	Thursday 23	Friday 24
Cream of pumpkin and carrot soup 1-3-13 Turkey stew with vegetables (pulses free) Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Broccoli with carrot Oven-baked haddock filet in marinere sauce 4 Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Apple Milk (optional) 2	Potatoes with "chorizo" Galician style saxony filet Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Macaroni Napolitana 1-3T Oven-baked hake filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Melon Milk (optional) 2	Rice with tomato sauce French omelette 3 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Yoghurt 2
Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetable and turkey	Dinner: Rice and fish 4
Kc:753,7 Pr:49,2 Li:10,7 HC:104,0	Kc:743,5 Pr:55,2 Li:11,6 HC:90,8	Kc:795,1 Pr:38,7 Li:22,5 HC:100,3	Kc:749,7 Pr:56,3 Li:9,7 HC:103,7	Kc:897,3 Pr:28,7 Li:29,2 HC:123,8
Monday 27	Tuesday 28	Wednesday 29	Thursday 30	Friday 1
Vegetables purée chard and spinach Eggs with tomato sauce 3 Bread 1-12T-13T Watermelon Milk (optional) 2	Broccoli with carrot Garden style beef meatballs (homemade) (pulses free) 1-13 Diced potatoes Bread 1-12T-13T Banana Milk 2	Pasta shells with homemade tomato sauce 1-3T Calamari in sauce 6 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Apple Milk (optional) 2	Potato in green sauce Homemade chicken hamburger 1-13 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon Milk (optional) 2	
Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetable and beef	Dinner: Vegetable and fish 4	
Kc:667,8 Pr:25,2 Li:20,5 HC:86,7	Kc:869,4 Pr:39,1 Li:19,9 HC:122,7	Kc:770,3 Pr:35,9 Li:16,1 HC:112,7	Kc:735,1 Pr:37,2 Li:12,3 HC:101,6	

Fibra	Colect.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
2,08	9,66	0,34	0,78	1,01	25,77	0,91	181,08	91,16	0,10	0,09	31,80	25,28

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
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------

¡¡ SECOE WELCOMED YOU TO THE NEW SCHOOL YEAR!!

Septiembre 2021

ALERGIA A PROTEÍNA DE LECHE DE VACA - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
Verano	Crema de calabacín Tortilla de patata 3 Loncha de York 8 Pan 1-12T-13T Plátano Batido de soja (opcional) 8	Espaguetis con salsa de tomate casera 1-3T Filete de abadejo a la romana 1-3-4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Pera Batido de soja (opcional) 8	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Hamburguesa de pollo (casera) 1-13 Ensalada de quinoa integral Pan 1-12T-13T Melón ECOLÓGICO Batido de soja (opcional) 8	Alubias blancas estofadas. 1-3 Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan integral 1-12-13T Bebida de soja 8
	S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y cerdo	S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y huevo 3
	Kc:786,6 Pr:26,8 Li:18,7 HC:113,8	Kc:951,9 Pr:67,8 Li:22,5 HC:106,9	Kc:713,4 Pr:45,8 Li:15,0 HC:84,5	Kc:738,6 Pr:69,7 Li:17,1 HC:75,8
Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Marmitako 4 Cinta de lomo al horno con salsa de manzana Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Pera Batido de soja (opcional) 8	Garbanzos guisados Boquerones al horno 1-4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Sandía Batido de soja (opcional) 8	Sopa de ave con fideos 1-3T Albóndigas de pollo en salsa 1T-8 Pan 1-12T-13T Plátano Batido de soja (opcional) 8	Guisantes rehogados con jamón Huevos cocidos con salsa de tomate 3 Pan integral 1-12-13T Manzana Batido de soja (opcional) 8	Paella valenciana. 1-3-4T-5-6-13 Filete de merluza al horno con piperrada 4 Pan 1-12T-13T Helado (sin alérgenos)
S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y cerdo	S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Ensalada y pollo	S. Cena Verdura y huevo 3
Kc:775,2 Pr:35,2 Li:18,2 HC:104,6	Kc:851,1 Pr:37,8 Li:25,4 HC:112,4	Kc:972,2 Pr:61,1 Li:31,2 HC:116,9	Kc:762,5 Pr:43,4 Li:27,0 HC:72,0	Kc:645,4 Pr:55,5 Li:14,2 HC:72,4
Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Crema de calabaza y zanahoria. 1-3-13 Estofado de pollo con verduras Pan 1-12T-13T Pera Batido de soja (opcional) 8	Judías verdes rehogadas. 1-3 Filete de abadejo al horno en salsa marinera 4 Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Manzana Batido de soja (opcional) 8	Pintas con chorizo Sajonia a la gallega Pan 1-12T-13T Plátano Batido de soja (opcional) 8	Macarrones a la napolitana 1-3T Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Melón Batido de soja (opcional) 8	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa 3 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan integral 1-12-13T Bebida de soja 8
S. Cena Verdura y pescado 4	S. Cena Ensalada y cerdo	S. Cena Verdura y huevo 3	S. Cena Verdura y pavo	S. Cena Arroz y pescado 4
Kc:871,3 Pr:56,7 Li:15,0 HC:113,6	Kc:920,7 Pr:63,2 Li:18,7 HC:107,4	Kc:869,7 Pr:52,3 Li:26,1 HC:108,7	Kc:847,2 Pr:64,1 Li:13,9 HC:109,7	Kc:809,3 Pr:37,0 Li:31,4 HC:77,5
Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
Garbanzos guisados Salchichas de pavo con salsa de tomate 8 Pan 1-12T-13T Sandía Batido de soja (opcional) 8	Guisantes rehogados Albóndigas de pollo y cerdo a la jardinera 1T-8 Patatas dado Pan integral 1-12-13T Plátano Batido de soja (opcional) 8	Coditos con salsa de tomate casera 1-3T Calamares en salsa 6 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Manzana Batido de soja (opcional) 8	Patatas en salsa verde Hamburguesa de pollo (casera) 1-13 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melón Batido de soja (opcional) 8	
S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y huevo 3	S. Cena Verdura y cerdo	S. Cena Verdura y pescado 4	
Kc:882,8 Pr:37,0 Li:37,4 HC:95,3	Kc:980,7 Pr:57,0 Li:25,1 HC:126,2	Kc:867,8 Pr:43,6 Li:20,4 HC:118,7	Kc:832,6 Pr:45,0 Li:16,5 HC:107,6	

Fibra	Colect.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
2,51	10,73	0,38	0,85	1,06	29,73	2,01	195,22	106,93	0,13	0,10	31,24	16,20

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
----------	---------	---------	-----------	-------------	------------	-------------	--------	----------------	---------	------------	-----------	-------------	---------------	----------

¡SECOE OS DA LA BIENVENIDA AL NUEVO CURSO ESCOLAR!

September 2021

ALLERGY TO MILK - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 6	Tuesday 7	Wednesday 8	Thursday 9	Friday 10
Summer	Cream of courgette soup Spanish omelette 3 Ham slice 8 Bread 1-12T-13T Banana Soya milkshake 8	Spaghetti with homemade tomato sauce 1-3T Battered haddock filet 1-3-4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Pear Soya milkshake 8	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Homemade chicken hamburger 1-13 Brown quinoa Bread 1-12T-13T Melon ECOLOGIC Soya milkshake 8	White beans stew 1-3 Oven-baked hake filet 4 Lettuce and tomato salad 13 Brown bread 1-12-13T Soya dairy 8
	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and pork	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3
	Kc:786,6 Pr:26,8 Li:18,7 HC:113,8	Kc:951,9 Pr:67,8 Li:22,5 HC:106,9	Kc:713,4 Pr:45,8 Li:15,0 HC:84,5	Kc:738,6 Pr:69,7 Li:17,1 HC:75,8
Monday 13	Tuesday 14	Wednesday 15	Thursday 16	Friday 17
Marmitako 4 Grilled pork loin with apple sauce Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Pear Soya milkshake 8	Chickpeas stew with "chorizo" Oven-baked anchovies 1-4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon Soya milkshake 8	Noodle poultry soup 1-3T Chicken meatballs with sauce 1T-8 Bread 1-12T-13T Banana Soya milkshake 8	Sautéed peas with ham Eggs with tomato sauce 3 Brown bread 1-12-13T Apple Soya milkshake 8	Valencian style paella 1-3-4T-5-6-13 Oven-baked hake filet with piperrada 4 Bread 1-12T-13T Ice-cream
Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetables and pork	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetable and egg 3
Kc:775,2 Pr:35,2 Li:15,0 HC:104,6	Kc:851,1 Pr:37,8 Li:25,4 HC:112,4	Kc:972,2 Pr:61,1 Li:31,2 HC:116,9	Kc:762,5 Pr:43,4 Li:27,0 HC:72,0	Kc:645,4 Pr:55,5 Li:14,2 HC:72,4
Monday 20	Tuesday 21	Wednesday 22	Thursday 23	Friday 24
Cream of pumpkin and carrot soup 1-3-13 Chicken stew with vegetables Bread 1-12T-13T Pear Soya milkshake 8	Sautéed french beans 1-3 Oven-baked haddock filet in marinere sauce 4 Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Apple Soya milkshake 8	Pinto beans with chorizo Galician style saxony filet Bread 1-12T-13T Banana Soya milkshake 8	Macaroni Napolitana 1-3T Oven-baked hake filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Melon Soya milkshake 8	Lentil stew with vegetables French omelette 3 Lettuce and tomato salad 13 Brown bread 1-12-13T Soya dairy 8
Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and pork	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetable and turkey	Dinner: Rice and fish 4
Kc:871,3 Pr:56,7 Li:15,0 HC:113,6	Kc:920,7 Pr:63,2 Li:18,7 HC:107,4	Kc:869,7 Pr:52,3 Li:26,1 HC:108,7	Kc:847,2 Pr:64,1 Li:13,9 HC:109,7	Kc:809,3 Pr:37,0 Li:31,4 HC:77,5
Monday 27	Tuesday 28	Wednesday 29	Thursday 30	Friday 1
Chickpeas stew with "chorizo" Turkey sausages with tomato sauce 8 Bread 1-12T-13T Watermelon Soya milkshake 8	Sautéed peas Garden style chicken and pork meatballs 1T-8 Diced potatoes Brown bread 1-12-13T Banana Soya milkshake 8	Pasta shells with homemade tomato sauce 1-3T Calamari in sauce 6 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Apple Soya milkshake 8	Potato in green sauce Homemade chicken hamburger 1-13 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon Soya milkshake 8	
Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetables and pork	Dinner: Vegetable and fish 4	
Kc:882,8 Pr:37,0 Li:37,4 HC:95,3	Kc:980,7 Pr:57,0 Li:25,1 HC:126,2	Kc:867,8 Pr:43,6 Li:20,4 HC:118,7	Kc:832,6 Pr:45,0 Li:16,5 HC:107,6	

Fibra	Colest.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
2,51	10,73	0,38	0,85	1,06	29,73	2,01	195,22	106,93	0,13	0,10	31,24	16,20

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
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------

¡¡ SECOE WELCOMED YOU TO THE NEW SCHOOL YEAR!!

Septiembre 2021

ALERGIA AL HUEVO - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
Verano	Crema de calabacín Salteado de patata y champiñón Loncha de queso 2 Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Espaguetis con salsa de tomate casera (sin huevo) Filete de abadejo al horno 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Hamburguesa de ternera al horno 8 Ensalada de quinoa integral Pan 1-12T-13T Melón ECOLÓGICO Leche (opcional) 2	Alubias blancas estofadas Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan integral 1-12-13T Yogur 2
	S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y cerdo	S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y ternera
Kc:842,0 Pr:23,8 Li:15,5 HC:133,9	Kc:765,8 Pr:49,3 Li:11,8 HC:105,6	Kc:650,9 Pr:23,9 Li:25,1 HC:74,1	Kc:775,9 Pr:69,7 Li:18,2 HC:84,2	
Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Marmitako 4 Cinta de lomo al horno con salsa de manzana Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Garbanzos guisados Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Sandía Leche (opcional) 2	Sopa de ave con fideos (sin huevo) Albóndigas de pollo en salsa 1T-8 Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Guisantes rehogados con jamón Salchichas de pavo con salsa de tomate 8 Pan integral 1-12-13T Manzana Leche (opcional) 2	Paella valenciana 4T-5-6-13 Filete de merluza al horno con piperrada 4 Pan 1-12T-13T Helado (sin alérgenos)
S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y ternera	S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Ensalada y pollo	S. Cena Verdura y cerdo
Kc:677,7 Pr:27,4 Li:13,9 HC:98,6	Kc:772,5 Pr:61,7 Li:15,5 HC:90,8	Kc:878,3 Pr:51,6 Li:27,0 HC:113,2	Kc:748,9 Pr:32,6 Li:33,1 HC:67,4	Kc:645,4 Pr:55,5 Li:14,2 HC:72,4
Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Crema de calabaza y zanahoria Estofado de pollo con verduras Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Judías verdes rehogadas Filete de abadejo al horno en salsa marinera 4 Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Manzana Leche (opcional) 2	Pintas con chorizo Sajonia a la gallega Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Macarrones a la napolitana (sin huevo) Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Melón Leche (opcional) 2	Lentejas estofadas con verduras Lacón al horno Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan integral 1-12-13T Yogur 2
S. Cena Verdura y pescado 4	S. Cena Ensalada y ternera	S. Cena Verdura y pescado 4	S. Cena Verdura y pavo	S. Cena Arroz y pescado 4
Kc:773,7 Pr:48,9 Li:10,7 HC:107,6	Kc:823,2 Pr:55,4 Li:14,5 HC:101,4	Kc:772,2 Pr:44,5 Li:21,9 HC:102,7	Kc:743,7 Pr:53,0 Li:9,3 HC:106,4	Kc:762,5 Pr:56,6 Li:17,4 HC:84,3
Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
Garbanzos guisados Salchichas de pavo con salsa de tomate 8 Pan 1-12T-13T Sandía Leche (opcional) 2	Guisantes rehogados Albóndigas de ternera a la jardinera 8-13 Patatas dado Pan integral 1-12-13T Plátano Leche (opcional) 2	Macarrones con salsa de tomate casera (sin huevo) Calamares en salsa 6 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Manzana Leche (opcional) 2	Patatas en salsa verde Hamburguesa de pollo (casera) 1-13 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melón Leche (opcional) 2	
S. Cena Ensalada y pescado 4	S. Cena Verdura y pollo	S. Cena Verdura y ternera	S. Cena Verdura y pescado 4	
Kc:785,3 Pr:29,3 Li:33,1 HC:89,3	Kc:935,8 Pr:42,9 Li:27,1 HC:113,1	Kc:762,8 Pr:31,8 Li:15,2 HC:117,6	Kc:735,1 Pr:37,2 Li:12,3 HC:101,6	

Fibra	Colect.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
2,37	14,07	0,32	0,87	1,09	26,67	2,07	252,69	107,20	0,16	0,10	30,24	16,49

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

¡SECOE OS DA LA BIENVENIDA AL NUEVO CURSO ESCOLAR!

September 2021

ALLERGY TO EGGS - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 6	Tuesday 7	Wednesday 8	Thursday 9	Friday 10
Summer	Cream of courgette soup Sautéed potatoes with mushrooms Grilled cheese 2 Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Spaghetti with homemade tomato sauce (egg free) Oven - baked haddock filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Oven-baked beef hamburger 8 Brown quinoa Bread 1-12T-13T Melon ECOLOGIC Milk (optional) 2	White beans stew Oven -baked hake filet 4 Lettuce and tomato salad 13 Brown bread 1-12-13T Yoghurt 2
	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and pork	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetables and beef
	Kc:842,0 Pr:23,8 Li:15,5 HC:133,9	Kc:765,8 Pr:49,3 Li:11,8 HC:105,6	Kc:650,9 Pr:23,9 Li:25,1 HC:74,1	Kc:775,9 Pr:69,7 Li:18,2 HC:84,2
Monday 13	Tuesday 14	Wednesday 15	Thursday 16	Friday 17
Marmitako 4 Grilled pork loin with apple sauce Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Chickpeas stew with "chorizo" Oven -baked hake filet 4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon Milk (optional) 2	Noodle poultry soup (egg free) Chicken meatballs with sauce 1T-8 Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Sautéed peas with ham Turkey sausages with tomato sauce 8 Brown bread 1-12-13T Apple Milk 2	Valencian style paella 4T-5-6-13 Oven - baked hake filet with piperrada 4 Bread 1-12T-13T Ice-cream
Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and beef	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetables and pork
Kc:677,7 Pr:27,4 Li:13,9 HC:98,6	Kc:772,5 Pr:61,7 Li:15,5 HC:90,8	Kc:878,3 Pr:51,6 Li:27,0 HC:113,2	Kc:748,9 Pr:32,6 Li:33,6 HC:67,4	Kc:645,4 Pr:55,5 Li:14,2 HC:72,4
Monday 20	Tuesday 21	Wednesday 22	Thursday 23	Friday 24
Cream of pumpkin and carrot soup Chicken stew with vegetables Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Sautéed french beans Oven-baked haddock filet in marinere sauce 4 Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Apple Milk (optional) 2	Pinto beans with chorizo Galician style saxony filet Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Macaroni Napolitana (egg free) Oven -baked hake filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Melon Milk (optional) 2	Lentil stew with vegetables Oven-baked cured ham Lettuce and tomato salad 13 Brown bread 1-12-13T Yoghurt 2
Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Vegetable and turkey	Dinner: Rice and fish 4
Kc:773,7 Pr:48,9 Li:10,7 HC:107,6	Kc:823,2 Pr:55,4 Li:14,5 HC:101,4	Kc:772,2 Pr:44,5 Li:21,9 HC:102,7	Kc:743,7 Pr:53,0 Li:9,3 HC:106,4	Kc:762,5 Pr:56,6 Li:17,4 HC:84,3
Monday 27	Tuesday 28	Wednesday 29	Thursday 30	Friday 1
Chickpeas stew with "chorizo" Turkey sausages with tomato sauce 8 Bread 1-12T-13T Watermelon Milk (optional) 2	Sautéed peas Garden style beef meatballs 8-13 Diced potatoes Brown bread 1-12-13T Banana Milk 2	Macaroni with homemade tomato sauce (egg free) Calamari in sauce 6 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Apple Milk (optional) 2	Potato in green sauce Homemade chicken hamburger 1-13 Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon Milk (optional) 2	
Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and chicken	Dinner: Vegetable and beef	Dinner: Vegetable and fish 4	
Kc:785,3 Pr:29,3 Li:33,1 HC:89,3	Kc:935,8 Pr:42,9 Li:27,1 HC:113,1	Kc:762,8 Pr:31,8 Li:15,2 HC:117,6	Kc:735,1 Pr:37,2 Li:12,3 HC:101,6	

Fibra	Colect.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
2,37	14,07	0,32	0,87	1,09	26,67	2,07	252,69	107,20	0,16	0,10	30,24	16,49

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
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------

¡¡ SECOE WELCOMED YOU TO THE NEW SCHOOL YEAR!!

Septiembre 2021

MENÚ COLESTEROLEMIA - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
Verano	Crema de calabacín Tortilla de patata 3 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Espaguetis con salsa de tomate casera 1-3T Filete de abadejo al horno 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Menestra de verduras rehogadas (coliflor, brócoli, patata y zanahoria) Hamburguesa de ternera al horno 8 Ensalada de quinoa integral Pan 1-12T-13T Melón ECOLÓGICO Leche (opcional) 2	Alubias blancas estofadas Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan integral 1-12-13T Yogur 2
	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:725,8 Pr:17,9 Li:14,9 HC:115,3	S. Cena Verdura y cerdo Kc:763,1 Pr:52,7 Li:12,2 HC:99,7	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:650,9 Pr:23,9 Li:25,1 HC:74,1	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:775,9 Pr:69,7 Li:18,2 HC:84,2
Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Marmitako 4 Cinta de lomo al horno con salsa de manzana Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Garbanzos guisados Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Sandía Leche (opcional) 2	Sopa de ave con fideos 1-3T Albóndigas de pollo en salsa 1T-8 Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Guisantes rehogados Huevos cocidos con salsa de tomate 3 Pan integral 1-12-13T Manzana Leche (opcional) 2	Macarrones a la italiana (tomate, queso y orégano) 1-2-3T Filete de merluza al horno con piperrada 4 Pan 1-12T-13T Helado 2-3-7-9
S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:677,7 Pr:27,4 Li:13,9 HC:98,6	S. Cena Verdura y ternera Kc:772,5 Pr:61,7 Li:15,5 HC:90,8	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:874,7 Pr:53,3 Li:27,0 HC:110,9	S. Cena Ensalada y pollo Kc:665,0 Pr:35,6 Li:22,7 HC:66,0	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:766,6 Pr:47,1 Li:19,0 HC:98,1
Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Crema de calabaza y zanahoria Estofado de pollo con verduras Pan 1-12T-13T Pera Leche (opcional) 2	Judías verdes rehogadas Filete de abadejo al horno en salsa marinera 4 Patatas panaderas 13 Pan 1-12T-13T Manzana Leche (opcional) 2	Pintas Sajonia a la gallega Pan 1-12T-13T Plátano Leche (opcional) 2	Macarrones a la napolitana 1-3T Filete de merluza al horno 4 Ensalada de lechuga y zanahoria 13 Pan 1-12T-13T Melón Leche (opcional) 2	Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa 3 Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan integral 1-12-13T Yogur 2
S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:773,7 Pr:48,9 Li:10,7 HC:107,6	S. Cena Ensalada y ternera Kc:823,2 Pr:55,4 Li:14,5 HC:101,4	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:731,8 Pr:42,9 Li:18,3 HC:102,4	S. Cena Verdura y pavo Kc:749,7 Pr:56,3 Li:9,7 HC:103,7	S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:823,0 Pr:36,3 Li:32,4 HC:81,5
Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
Garbanzos guisados Salchichas de pavo con salsa de tomate 8 Pan 1-12T-13T Sandía Leche (opcional) 2	Guisantes rehogados Albóndigas de ternera a la jardinera. 1-3-8-13 Patatas panaderas 13 Pan integral 1-12-13T Plátano Leche (opcional) 2	Coditos con salsa de tomate casera 1-3T Calamares en salsa 6 Ensalada de lechuga y maíz 13 Pan 1-12T-13T Manzana Leche (opcional) 2	Patatas en salsa verde Hamburguesa de pollo Ensalada de lechuga y tomate 13 Pan 1-12T-13T Melón Leche (opcional) 2	
S. Cena Ensalada y pescado 4 Kc:785,3 Pr:29,3 Li:33,1 HC:89,3	S. Cena Verdura y huevo 3 Kc:922,7 Pr:43,5 Li:27,1 HC:110,7	S. Cena Verdura y ternera Kc:770,3 Pr:35,9 Li:16,1 HC:112,7	S. Cena Verdura y pescado 4 Kc:951,6 Pr:25,1 Li:24,6 HC:148,2	

Fibra	Colect.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
2,40	12,66	0,32	0,76	0,97	26,03	1,92	182,50	98,05	0,13	0,09	29,94	15,08

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

¡SECOE OS DA LA BIENVENIDA AL NUEVO CURSO ESCOLAR!

September 2021

LOW CHOLESTEROL MENU - LOYOLA DE PALACIO

Empresa premiada Madrid Excelente a la Confianza de los Clientes

Monday 6	Tuesday 7	Wednesday 8	Thursday 9	Friday 10
Summer	Cream of courgette soup Spanish omelette 3 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Spaghetti with homemade tomato sauce 1-3T Oven - baked haddock filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Sautéed vegetable stew (cauliflower, broccoli, potatoes and carrot) Oven-baked beef hamburger 8 Brown quinoa Bread 1-12T-13T Melon ECOLOGIC Milk (optional) 2	White beans stew Oven -baked hake filet 4 Lettuce and tomato salad 13 Brown bread 1-12-13T Yoghurt 2
	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and pork	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3
Kc:725,8 Pr:17,9 Li:14,9 HC:115,3	Kc:763,1 Pr:52,7 Li:12,2 HC:99,7	Kc:650,9 Pr:23,9 Li:25,1 HC:74,1	Kc:775,9 Pr:69,7 Li:18,2 HC:84,2	
Monday 13	Tuesday 14	Wednesday 15	Thursday 16	Friday 17
Marmitako 4 Grilled pork loin with apple sauce Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Chickpeas stew with "chorizo" Oven -baked hake filet 4 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Watermelon Milk (optional) 2	Noodle poultry soup 1-3T Chicken meatballs with sauce 1T-8 Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Sautéed peas Eggs with tomato sauce 3 Brown bread 1-12-13T Apple Milk 2	Italian style macaroni (tomato, cheese and oregano) 1-2-3T Oven - baked hake filet with piperrada 4 Bread 1-12T-13T Ice-cream 2-3-7-9
Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and beef	Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Salad and chicken	Dinner: Vegetable and egg 3
Kc:677,7 Pr:27,4 Li:13,9 HC:98,6	Kc:772,5 Pr:61,7 Li:15,5 HC:90,8	Kc:874,7 Pr:53,3 Li:27,0 HC:110,9	Kc:665,0 Pr:35,6 Li:22,7 HC:66,0	Kc:766,6 Pr:47,1 Li:19,0 HC:98,1
Monday 20	Tuesday 21	Wednesday 22	Thursday 23	Friday 24
Cream of pumpkin and carrot soup Chicken stew with vegetables Bread 1-12T-13T Pear Milk (optional) 2	Sautéed french beans Oven-baked haddock filet in marinere sauce 4 Steamed sliced potatoes 13 Bread 1-12T-13T Apple Milk (optional) 2	Pinto beans Galician style saxony filet Bread 1-12T-13T Banana Milk (optional) 2	Macaroni Napolitana 1-3T Oven -baked hake filet 4 Lettuce and carrot salad 13 Bread 1-12T-13T Melon Milk (optional) 2	Lentil stew with vegetables French omelette 3 Lettuce and tomato salad 13 Brown bread 1-12-13T Yoghurt 2
Dinner: Vegetable and fish 4	Dinner: Salad and beef	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetable and turkey	Dinner: Salad and fish 4
Kc:773,7 Pr:48,9 Li:10,7 HC:107,6	Kc:823,2 Pr:55,4 Li:14,5 HC:101,4	Kc:731,8 Pr:42,9 Li:18,3 HC:102,4	Kc:749,7 Pr:56,3 Li:9,7 HC:103,7	Kc:823,0 Pr:36,3 Li:32,4 HC:81,5
Monday 27	Tuesday 28	Wednesday 29	Thursday 30	Friday 1
Chickpeas stew with "chorizo" Turkey sausages with tomato sauce 8 Bread 1-12T-13T Watermelon Milk (optional) 2	Sautéed peas Garden style beef meatballs 1-3-8-13 Steamed sliced potatoes 13 Brown bread 1-12-13T Banana Milk 2	Pasta shells with homemade tomato sauce 1-3T Calamari in sauce 6 Lettuce and sweetcorn salad 13 Bread 1-12T-13T Apple Milk (optional) 2	Potato in green sauce Chicken hamburger Lettuce and tomato salad 13 Bread 1-12T-13T Melon Milk (optional) 2	
Dinner: Salad and fish 4	Dinner: Vegetable and egg 3	Dinner: Vegetable and beef	Dinner: Vegetable and fish 4	
Kc:785,3 Pr:29,3 Li:33,1 HC:89,3	Kc:922,7 Pr:43,5 Li:27,1 HC:110,7	Kc:770,3 Pr:35,9 Li:16,1 HC:112,7	Kc:951,6 Pr:25,1 Li:24,6 HC:148,2	

Fibra	Colect.	AGS	AGM	AGP	Calcio	Hierro	Sodio	Vit A	Vit B1	Vit B2	A. Folico	Vit C
2,40	12,66	0,32	0,76	0,97	26,03	1,92	182,50	98,05	0,13	0,09	29,94	15,08

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
----------	--------	-------	--------	--------------	------------	----------	--------	--------	-----------	------------	-----------	--------------	----------	----------

¡¡ SECOE WELCOMED YOU TO THE NEW SCHOOL YEAR!!