

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: Mayo 2021

COLEGIO: GINER DE LOS RIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>3</p> <p>Crema de calabacín Filete de merluza al horno con patatas fritas Fruta y pan</p>	<p>4</p> <p>Macarrones al pomodoro Croquetas de jamón con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan</p>	<p>5</p> <p>Cocido andaluz con chorizo Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p>	<p>6</p> <p>FESTIVO</p>	<p>7</p> <p>Arroz tres delicias Lomo adobado con judías verdes salteadas Yogur y pan</p>	<p>VE: 3521/842 GT: 32 GS: 6 HC: 106 AZ: 21 PROT: 33 SAL: 3</p>
<p>10</p> <p>Arroz con salsa de tomate Lomo asado con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>	<p>11</p> <p>Potaje de garbanzos San Marino (merluza, jamón york y queso) con zanahorias baby Yogur y pan</p>	<p>12</p> <p>Gazpacho Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan</p>	<p>13</p> <p>Sopa de lluvia Albóndigas en salsa con patatas fritas Fruta y pan</p>	<p>14</p> <p>Coditos gratinados Filete de merluza en salsa verde con verduras Yogur y pan</p>	<p>VE: 3326/796 GT: 25 GS: 5 HC: 109 AZ: 24 PROT: 35 SAL: 4</p>
<p>17</p> <p>Ensalada de pasta Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan</p>	<p>18</p> <p>Sopa de cocido Filete de pollo al horno con zanahorias salteadas Yogur y pan</p>	<p>19</p> <p>Salmorejo Estofado a la jardinera Fruta y pan</p>	<p>20</p> <p>Tallarines con salsa de tomate Hamburguesa al horno con patatas chips Fruta y pan</p>	<p>21</p> <p>Arroz milanesa (sofrito: tomate, cebolla, pimiento; guisantes, zanahoria, judía verde, frankfurt) Merluza a la romana con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan</p>	<p>VE: 3016/722 GT: 25 GS: 7 HC: 91 AZ: 21 PROT: 37 SAL: 2</p>
<p>24</p> <p>Lentejas a la riojana Tortilla de patatas con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Fruta y pan</p>	<p>25</p> <p>Macarrones al pomodoro Flamenquines con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan</p>	<p>26</p> <p>Gazpacho Jamoncitos de pollo al limón con patatas fritas Fruta y pan</p>	<p>27</p> <p>Sopa de fideos Lomo asado con zanahorias baby Fruta y pan</p>	<p>28</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza en salsa verde con judías salteadas Yogur y pan</p>	<p>VE: 3381/809 GT: 24 GS: 5 HC: 109 AZ: 23 PROT: 39 SAL: 4</p>
<p>31</p> <p>Crema de zanahoria San Jacobo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p>					<p>VE: 3093/740 GT: 29 GS: 4 HC: 107 AZ: 30 PROT: 17 SAL: 2</p>