

# MAYO 2018



# Alergia al Pescado y Marisco

	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
	FESTIVO	FESTIVO	1º Arroz blanco con salsa de tomate 2º Lacón al horno en salsa verde P Piña al natural Cena: Ensalada y ternera	1º Puré de verduras frescas 2º Filete de pollo empanado con ensalada de lechuga P Helado Cena: Verdura y huevo
LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
1º Judías blancas estofadas 2º Tortilla francesa con loncha de queso P Pera Cena: Ensalada y pollo	1º Espaguetis con atún 2º Magro guisado a la riojana P Plátano Cena: Verdura y pavo	1º Crema de calabacín 2º Cinta de lomo al horno con piperrada P Melón Cena: Verdura y ternera	1º Cocido madrileño: sopa de fideos 2º Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo P Manzana Cena: Ensalada y huevo	1º Judías verdes rehogadas 2º Albóndigas de ternera en salsa jardinera P Yogurt Cena: Verdura y cerdo
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
1º Crema de calabaza y zanahoria 2º Hamburguesa de ternera al horno en salsa jardinera P Pera Cena: Ensalada y cerdo	FESTIVO	1º Espirales con salsa de tomate 2º Croquetas de jamón con ensalada P Sandía Cena: Verdura y pollo	1º Lentejas guisadas 2º Revuelto de huevo con champiñones P Plátano Cena: Ensalada y ternera	1º Sopa de pescado con lluvia 2º Filete de pollo en salsa meniere P Helado. Pan integral Cena: Verdura y huevo
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
1º Tallarines con salsa de tomate 2º Lacón al horno P Manzana Cena: Verdura y pavo	1º Cocido madrileño: sopa de fideos 2º Garbanzos, zanahoria, patata, carne de ternera y pollo P Plátano Cena: Ensalada y pasta	1º Arroz con salchichas y chorizo 2º Pechugas de pavo en salsa de champiñón P Melón Cena: Verdura y huevo	1º Judías blancas estofadas 2º Pollo al horno en salsa verde P Pera Cena: Ensalada y cerdo	1º Puré de acelgas y espinacas 2º Magro en salsa con patatas dado P Yogurt Cena: Verdura y ternera
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	
1º Sopa de estrellas con pollo y huevo 2º Filete de pollo en salsa verde P Sandía Cena: Ensalada y pavo	1º Puré de verduras frescas 2º Lacón a la gallega con ensalada de lechuga y tomate P Manzana Cena: Verdura y pasta	1º Arroz con verduras 2º Nuggets de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria P Plátano Cena: Ensalada y ternera	1º Guisantes rehogados 2º Albóndigas de pollo en salsa con patatas dado P Pera Cena: Verdura y huevo	

El menú irá acompañado de **agua** y **pan**.

**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.

**Temática y talleres programados:** Mes del RUGBY. Dinámicas de habilidades sociales. Programa alumnos felices. Gymkana despedida del trimestre