



Menú General mes de mayo de 2021

CEIP JAUME I

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
ESPAGUETIS integrales A LA CARBONARA (cebolla, bacon, leche, nuez moscada) PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA ENSALADA VARIADA CON ESPÁRRAGOS FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Salteado de pimientos y cebolla con huevo a la plancha, pan / Fruta	PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA Y GARBANZOS FOGONERO AL HORNO CON TOMATE ARROZ PILAF (cebolla, pimienta y caldo) FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de cuscús con pollo troceado / Fruta	ARROZ DE PESCADO (ajo, perejil, cebolla, cebolleta, tomate, sal, pimentón y pescado) TORTILLA A LA FRANCESA CON ATÚN ENSALADA VARIADA COM MAÍZ YOGUR <b>Sugerencia de cena:</b> Sopa de pescado con verduras troceadas y pescadilla / Fruta	LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, pimientos, tomate, zanahoria y acelgas) PIZZA MARGARITA PALITOS DE ZANAHORIA CON VINAGRETA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Sopa y tortilla a la francesa con champiñones / Fruta	PURÉ DE CALABAZA (calabaza, cebolla, puerros, patata) MERLUZA A LA VASCA JUDÍAS VERDES, GUI SANTES Y PATATA FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada variada y pa amb oli / Fruta
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA MERLUZA REBOZADO CASERO (huevo, pan rallado) ENSALADA VARIADA CON MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Lentejas guisadas con verduras y patata / Fruta	"ARRÓS BRUT" (cebolla, tomate, alcachofas, guisantes, coliflor, champiñones, carne variada, canela) TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN ENSALADA VARIADA CON ATÚN FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Cuscús con verduras y bacalao / Fruta	GUIISO DE GARBANZOS ECOLÓGICOS Y VERDURAS (cebolla, pimientos, tomate, zanahoria) HAMBURGUESA CASERA A LA PLANCHA (magro y morcillo) PATATAS ASADAS YOGUR <b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada variada y tortilla a la francesa con pan / Fruta	SOPA DE CALDO DE CARNE CON FIDEOS (cebolla, zanahoria, apio, nabo, tomate, laurel, pollo) ESCALOPE CASERO DE POLLO (huevo, pan rallado) ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Sopa y raolas de verduras con ensalada / Fruta	<b>NO LECTIVO</b>
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
ARROZ 3 DELICIAS (judía verde, guisantes, zanahoria, jamón) FOGONERO AL HORNO A LA VIZCAÍNA FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Merluza con verduras y patata / Fruta	LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS (cebolla, pimientos, tomate, zanahoria y acelgas) FILETE DE PAVO A LA PLANCHA ARROZ SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada variada y tortilla de patata y cebolla / Fruta	ESPAGUETIS integrales CON SALSA DE CHAMPIÑONES (cebolla, champiñones, leche y nuez moscada) RABAS DE CALAMAR ENSALADA VARIADA c/ ATÚN Y ACEITUNAS YOGUR <b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada variada y lomo a la plancha con quínoa/ Fruta	SOPA DE "BULLIT" "BULLIT MALLORQUÍ" Pollo, judías verdes, zanahoria, patata, cebolla y col FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Bacalao gratinado con espinacas y arroz / Fruta	PURÉ DE CALABAZA (calabaza, cebolla, puerros, patata) Y GARBANZOS TORTILLA DE PATATAS ENSALADA VARIADA c/ MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Tortillas mexicanas de verduras y alubias pintas / Fruta
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
PURÉ DE ZANAHORIA (zanahoria, patata, calabacín) LOMO A LA RIOJANA PATATA Y VERDURAS (patata, cebolla, ajo, pimientos, tomate) FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Sopa de pasta y merluza rebozada con ensalada / Fruta	ESPIRALES A LA AMATRICIANA (cebolla, bacon, tomate, queso y albahaca) LIMANDA AL HORNO JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON AJO FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada y tortilla a la francesa con pan / Fruta	ESTOFADO DE GARBANZOS ECOLÓGICOS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, pimientos, tomate, acelgas o espinacas) HAMBURGUESA CASERA A LA PLANCHA (magro y morcillo) ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS YOGUR <b>Sugerencia de cena:</b> Guiso de lentejas con verduras y patata / Fruta	ARROZ SECO CON VERDURAS Y POLLO (cebolla, pimientos, pollo) TORTILLA A LA FRANCESA CON QUESO ENSALADA VARIADA CON ATÚN FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Lomo a la plancha con puré de patata y puerros / Fruta	SOPA DE CALDO DE CARNE CON FIDEOS (cebolla, zanahoria, apio, nabo, tomate, laurel, pollo) MERLUZA CON REBOZADO CASERO (huevo, pan rallado) ENSALADA VARIADA CON MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Brocheta de pollo con verduras y arroz / Fruta
LUNES 31	<b>IMPORTE COMEDOR MES DE MAYO 112,80 € VALES DIARIOS 6,20 €</b>			
PASTA PRIMAVERA (tomate, guisantes, maíz, atún y aceitunas) MERLUZA AL HORNO A LA MALLORQUINA (patata, acelgas, cebolleta, perejil, ajo, tomate, sal, pimentón) FRUTA DE TEMPORADA <b>Sugerencia de cena:</b> Ensalada de cuscús con pollo troceado / Fruta				

Los menús van acompañados de pan integral y agua. La cocina utiliza Aceite de Oliva para cocinar y aliñar los platos.  
Cada mes incorporamos, en la medida de las posibilidades del mercado, productos de proximidad.  
SI NECESITA INFORMACIÓN DE LOS ALÉRGENOS CONTENIDOS EN EL MENÚ, CONTACTE CON LAS OFICINAS.

