Colegio Bernadette

MENÚ ALERGIA AL HUEVO
MAYO 2018
Colegio Bernadette

FIESTA

LUNES	MARTES DÍA 1	MIÉRCOLES DÍA 2	JUEVES DÍA 3	VIERNES DÍA 4
			Arroz con tomate	Lentejas burgalesa (sin chorizo, morcilla, tocino)
	FIESTA	FIESTA	Filete de pollo a la plancha con salchichas	Ragout de ternera con guarnición
			Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
			Kcal 519 P 26 L 22 HC 58 Ca 55 Fe 2	Kcal 701 P 48 L 29 HC 62 Ca 144 Fe 10

LUNES DÍA 7	MARTES DÍA 8	MIÉRCOLES DÍA 9	JUEVES DÍA 10	VIERNES DÍA 11
Ensalada de pasta (sin huevo)	Marmitako	Paella valenciana	Sopa de cocido	Puré de calabaza
Lomo ibérico con ensalada	Pechuga de pollo con ensalada	Merluza al horno con ensalada	Cocido completo (sin chorizo, morcilla, tocino)	Filete de ternera con ensalada
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
Kcal 722 P 44 L 38 HC 50 Ca 124 Fe 7	Kcal 736 P 41 L 41 HC 27 Ca 83 Fe 4	Kcal 658 P 56 L 22 HC 61 Ca 223 Fe 16	Kcal 614 P 52 L 12 HC 74 Ca 179 Fe 10	Kcal 565 P 26 L 9 HC 49 Ca 110 Fe 4

LUNES DÍA 14	MARTES DÍA 15	MIÉRCOLES DÍA 16	JUEVES DÍA 17	VIERNES DÍA 18
Espaguetis boloñesa (sin huevo)		Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino)	Fideua	Puré de zanahorias
Limanda a la plancha con ensalada	FIESTA	Jamoncitos de pollo con ensalada	Ternera asada con guarnición	Filete de ternera con ensalada
Fruta – lácteo		Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
Kcal 743 P 49 L 34 HC 59 Ca 131 Fe 6		Kcal 512 P 30 L 19 HC 31 Ca 159 Fe 5	Kcal 798 P 61 L 30 HC 71 Ca 284 Fe 19	Kcal 565 P 26 L 9 HC 49 Ca 110 Fe 4

LUNES DÍA 21	MARTES DÍA 22	MIÉRCOLES DÍA 23	JUEVES DÍA 24	VIERNES DÍA 25
Coditos napolitana (sin huevo)	Lentejas burgalesa ((sin chorizo, morcilla, tocino)	Patatas con costillas	Paella valenciana	Puré de calabaza
Lacón a la gallega con ensalada	Filete de ternera con ensalada	Bacalao a la plancha con ensalada	Filete de pollo con ensalada	Lasaña boloñesa (sin huevo)
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo
Kcal 819 P 47 L 51 HC 68 Ca 137 Fe 7	Kcal 548 P 38 L 19 HC 56 Ca 114 Fe 8	Kcal 622 P 29 L 17 HC 42 Ca 112 Fe 3	Kcal 687 P 61 L 24 HC 61 Ca 209 Fe 11	Kcal 668 P 26 L 33 HC 71 Ca 334 Fe 7

LUNES DÍA 28	MARTES DÍA 29	MIÉRCOLES DÍA 30	JUEVES DÍA 31	VIERNES
Arroz con tomate	Ensalada campera (sin huevo)	Puré de verduras	Fideua	
Filete de ternera con ensalada	Jamón asado con ensalada	Mero a la bilbaína con ensalada	Pechuga de pollo con ensalada	
Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	Fruta – lácteo	
Kcal 517 P 25 L 22 HC 58 Ca 54 Fe 3	Kcal 765 P 45 L 47 HC 44 Ca 174 Fe 7	Kcal 693 P 43 L 28 HC 69 Ca 131 Fe 8	Kcal 678 P 60 L 25 HC 54 Ca 236 Fe 17	