



*Día  
sin Gluten  
en el comedor  
del colegio*

viernes  
**26**  
DE MAYO

**Este día eliminamos los siguientes alimentos del menú del comedor**

-  **Pan y harina** de trigo, cebada, centeno y avena.
-  **Productos de pastelería y bollería:** bollos, pasteles, tartas, galletas, bizcochos, etc.
-  **Pasta italiana** (fideos, macarrones, tallarines, etc.) y sémola de trigo.
-  **Productos manufacturados** en los que **entre su composición figure cualquiera de las harinas ya citadas** y en cualquiera de sus formas: almidones, féculas, sémolas, proteínas, etc.


**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

KC: Energía (Kcal)  
 PR: Proteínas (g)  
 LI: Lípidos (g)  
 HC: Hidratos de carbono (g)  
 CA: Calcio (mg)  
 FE: Hierro (mg)

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 FESTIVO  KC:0 PR:0 LI:0 HC:0 CA:0 FE:0	02 FESTIVO  KC:0 PR:0 LI:0 HC:0 CA:0 FE:0	03 Bocadillo (media mañana) Coditos carbonara Crema de calabacín Hamburguesa a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo  KC:849 PR:46 LI:28 HC:106 CA:130 FE:7	04 Bocadillo (media mañana) Gaspacho Crema de verduras Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta (a elegir entre dos)  KC:706 PR:27 LI:19 HC:61 CA:105 FE:5	05 Bocadillo (media mañana) Paella Sopa Juliana Cazón en adobo con ensalada Fruta - Lácteo  KC:750 PR:60 LI:27 HC:70 CA:222 FE:17
08 Bocadillo (media mañana) Arroz con tomate Crema de puerros Huevos fritos con patatas Fruta - Lácteo  KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4	09 Bocadillo (media mañana) Lentejas estofadas con verduras Acelgas rehogadas Lomo asado con verduras y con ensalada Fruta (a elegir entre dos)  KC:785 PR:30 LI:18 HC:79 CA:323 FE:13	10 Bocadillo (media mañana) Puré de zanahoria Alcachofas con jamón Croquetas , empanadillas y jamón jork a la plancha Fruta - Lácteo  KC:730 PR:22 LI:27 HC:79 CA:250 FE:5	11 Bocadillo (media mañana) Fideuá Vichyssoise Limanda a la romana con ensalada Fruta (a elegir entre dos)  KC:730 PR:57 LI:28 HC:61 CA:265 FE:17	12 Bocadillo (media mañana) Ensalada campera Brócolis rehogados Ragout de ternera con ensalada Fruta - Lácteo  KC:702 PR:41 LI:32 HC:32 CA:152 FE:7
15 FESTIVO  KC:0 PR:0 LI:0 HC:0 CA:0 FE:0	16 Bocadillo (media mañana) Macarrones boloñesa Crema de champiñón Lacón a la gallega Fruta (a elegir entre dos)  KC:779 PR:39 LI:44 HC:58 CA:130 FE:6	17 Bocadillo (media mañana) Judías blancas estofadas Pisto manchego Tortilla de patatas con ensalada Fruta - Lácteo  KC:876 PR:41 LI:47 HC:74 CA:241 FE:10	18 Bocadillo (media mañana) Paella Panache de verduras Pollo a la milanesa con ensalada Fruta (a elegir entre dos)  KC:762 PR:60 LI:28 HC:72 CA:228 FE:17	19 Bocadillo (media mañana) Puré de calabaza Guisantes con jamón Merluza a la riojana con ensalada Fruta - Lácteo  KC:678 PR:31 LI:9 HC:57 CA:160 FE:5
22 Bocadillo (media mañana) Arroz con tomate Crema de verduras Huevos fritos con salchichas Fruta - Lácteo  KC:780 PR:27 LI:50 HC:59 CA:88 FE:5	23 Bocadillo (media mañana) Lentejas estofadas con verduras Menestra de verduras Albóndigas en salsa con ensalada Fruta (a elegir entre dos)  KC:792 PR:33 LI:20 HC:72 CA:147 FE:9	24 Bocadillo (media mañana) Patatas con costillas Coliflor rehogada Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta - Lácteo  KC:783 PR:42 LI:47 HC:52 CA:91 FE:5	25 Bocadillo (media mañana) Fideuá Espinacas a la crema Escalopines provenzal con ensalada Fruta (a elegir entre dos)  KC:887 PR:66 LI:40 HC:65 CA:259 FE:19	26 Bocadillo (media mañana) Puré de zanahoria Judías verdes rehogadas Tilapia al horno en salsa con ensalada Fruta - Lácteo  KC:656 PR:22 LI:20 HC:49 CA:121 FE:3
29 Bocadillo (media mañana) Ensalada de pasta Crema de espárragos Jamón asado en su jugo con ensalada Fruta - Lácteo  KC:760 PR:38 LI:38 HC:66 CA:166 FE:6	30 Bocadillo (media mañana) Lentejas burgalesa Acelgas rehogadas Pollo a la milanesa con ensalada Fruta (a elegir entre dos)  KC:780 PR:45 LI:38 HC:67 CA:139 FE:9	31 Bocadillo (media mañana) Salmorejo Guisantes con jamón Lasaña a la boloñesa Fruta - Lácteo  KC:713 PR:41 LI:27 HC:51 CA:517 FE:4	01	02