

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Enero 2021

COLEGIO: CIUDAD SAN JUAN DE DIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>LILIA FERNÁNDEZ - Dietista y supervisora de cocina ARAMARK</p>				<p>1</p> <p>VACACIONES 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>2</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>3</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>
<p>4</p> <p>VACACIONES 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>5</p> <p>VACACIONES 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p>6</p> <p>VACACIONES 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>7</p> <p>VACACIONES 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>8</p> <p>VACACIONES 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>9</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>10</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>
<p>11</p> <p>Crema de espinacas Estofado de ternera con puré de papas Fruta o lácteo y pan (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>12</p> <p>Potaje de lentejas Fogonero con mojo con verduras y papitas Fruta o lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>13</p> <p>Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada de col Fruta o lácteo y pan (*) 1º Patatas 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p>	<p>14</p> <p>Sopa de arroz Jamoncitos de pollo al horno con salteado de zanahorias y judías verdes Fruta o lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>15</p> <p>Crema hortelana San Jacobo con ensalada Fruta o lácteo y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>16</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>17</p> <p>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 2698/645 GT: 18 GS: 3 HC: 91 AZ: 22 PROT: 29 SAL: 3</p>
<p>18</p> <p>Crema de verduras Macarrones a la boloñesa Fruta o lácteo y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>19</p> <p>Potaje de garbanzos Filete de merluza en salsa verde con papas fritas Fruta o lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>20</p> <p>Crema de berros Estofado de cerdo a la jardinera (guisantes, zanahoria, patata, pimiento) Fruta o lácteo y pan (*) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>21</p> <p>Potaje de verduras Pollo asado con papas a lo pobre Fruta o lácteo y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>22</p> <p>Crema de calabacín Empanadillas de atún con ensalada mixta Fruta o lácteo y pan (*) 1º Patatas 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>23</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>24</p> <p>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 2863/685 GT: 19 GS: 2 HC: 96 AZ: 23 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>25</p> <p>Crema hortelana Albóndigas a la jardinera con puré de papas Fruta o lácteo y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>26</p> <p>Fabada asturiana Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con menestra de verduras salteadas Fruta o lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>	<p>27</p> <p>Puré de espinacas Tortilla española con ensalada de tomate con orégano Fruta o lácteo y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>28</p> <p>Sopa de arroz Contramuslo de pollo al chilindrón con salteado de zanahorias y judías verdes Fruta o lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>29</p> <p>Crema de legumbres Croquetas de jamón con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta o lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>30</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p>31</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3090/739 GT: 25 GS: 5 HC: 96 AZ: 26 PROT: 31 SAL: 3</p>

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Febrero 2021

COLEGIO: CIUDAD SAN JUAN DE DIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>1</p> <p>Crema de hortalizas (patata, zanahoria, calabacín) Fideuá Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>2</p> <p>Potaje de lentejas Fogonero con mojo con verduras y papitas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>3</p> <p>Crema de guisantes Estofado a la jardinera Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>4</p> <p>Potaje de verduras Tortilla paisana con zanahorias baby Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>	<p>5</p> <p>Crema de coliflor Chispas de merluza con ensalada Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>6</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>7</p> <p>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta</p>	<p>VE: 2595/621 GT: 15 GS: 2 HC: 92 AZ: 22 PROT: 30 SAL: 2</p>
<p>8</p> <p>Crema de calabaza Lomo con piña con papas panaderas Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>9</p> <p>Rancho canario Abadejo a la donostiarra con habichuelas al ajillo Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>10</p> <p>Puré de acelgas Hamburguesa en salsa de tomate con zanahorias salteadas Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>11</p> <p>Potaje de berros Tortilla de verduras con ensalada de tomate Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>12</p> <p>FIESTA CARNAVAL Crema de verduras Nuggets de pollo con papas fritas Natillas y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>13</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>14</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3161/756 GT: 32 GS: 5 HC: 91 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 3</p>
<p>15</p> <p>SEMANA DE CARNAVAL 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta</p>	<p>16</p> <p>SEMANA DE CARNAVAL 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>17</p> <p>SEMANA DE CARNAVAL 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>18</p> <p>SEMANA DE CARNAVAL 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>19</p> <p>SEMANA DE CARNAVAL 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta</p>	<p>20</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>21</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>
<p>22</p> <p>Crema de espinacas Estofado de ternera con puré de papas Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>23</p> <p>Potaje de lentejas Fogonero con mojo con verduras y papitas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>24</p> <p>Crema de verduras Tortilla española con ensalada de col Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>25</p> <p>Sopa de arroz Contramuslo de pollo al horno con salteado de zanahorias y judías verdes Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>26</p> <p>Potaje de la huerta Varitas de merluza con ensalada Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>	<p>27</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>28</p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>VE: 2658/636 GT: 17 GS: 2 HC: 91 AZ: 23 PROT: 31 SAL: 3</p>
				<p>LILIA FERNÁNDEZ-Dietista y supervisora de cocina ARAMARK</p>			<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Marzo 2021

COLEGIO: CIUDAD SAN JUAN DE DIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>1</p> <p>Crema de verduras Macarrones a la boloñesa Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>2</p> <p>Potaje de garbanzos Filete de merluza al mojo verde con papas fritas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>3</p> <p>Crema de berros Estofado de cerdo a la jardinera (guisantes, zanahoria, patata, pimi) Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>4</p> <p>Potaje canario Contramuslo de pollo al horno con papas a lo pobre Fruta o lácteo y pan (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>5</p> <p>Puré de calabacín Empanadillas de atún con ensalada mixta Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>6</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>7</p> <p>1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>VE: 2730/653 GT: 18 GS: 2 HC: 91 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 3</p>
<p>8</p> <p>Crema hortelana Albóndigas con papas fritas Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>9</p> <p>Fabada asturiana Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con menestra de verduras salteadas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>10</p> <p>Crema de espinacas Tortilla española con ensalada de tomate con orégano Fruta o lácteo y pan (* 1º Patatas 2º Carne con Legumbres y Fruta</p>	<p>11</p> <p>Sopa de arroz Contramuslo de pollo al chilindrón con salteado de zanahorias y judías verdes Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>12</p> <p>Crema de legumbres Croquetas de bacalao con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>13</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>14</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3038/727 GT: 24 GS: 4 HC: 95 AZ: 24 PROT: 32 SAL: 3</p>
<p>15</p> <p>Crema de hortalizas (patata, zanahoria, calabacín) Fideuá Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>16</p> <p>Potaje de lentejas Filete de merluza al mojo verde con verduras y papitas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>17</p> <p>Crema de guisantes Estofado de ternera a la jardinera Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>18</p> <p>Potaje de verduras Nuggets de pollo con zanahorias baby Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>19</p> <p>Crema de coliflor Tortilla paisana con ensalada Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>20</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>21</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 2844/680 GT: 21 GS: 3 HC: 93 AZ: 23 PROT: 31 SAL: 3</p>
<p>22</p> <p>Crema de calabaza Lomo con piña con papas panaderas Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>23</p> <p>Rancho canario Filete de merluza a la donostiarra con habichuelas al ajillo Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>24</p> <p>Puré de acelgas Hamburguesa en salsa de tomate con zanahorias salteadas Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>25</p> <p>Potaje de berros Tortilla de verduras con ensalada de tomate con orégano Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>26</p> <p>Crema de puerros Varitas de merluza con ensalada mixta Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>27</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>28</p> <p>1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 2733/654 GT: 20 GS: 3 HC: 92 AZ: 25 PROT: 31 SAL: 4</p>
<p>29</p> <p>SEMANA SANTA 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>30</p> <p>SEMANA SANTA 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>31</p> <p>SEMANA SANTA 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>		<p>LILIA FERNÁNDEZ-Dietista y supervisora de cocina ARAMARK</p>			<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Abril 2021

COLEGIO: CIUDAD SAN JUAN DE DIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>LILIA FERNÁNDEZ-Dietista y supervisora de cocina ARAMARK</p>			<p>1</p> <p>SEMANA SANTA 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos)</p>	<p>2</p> <p>SEMANA SANTA 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p>	<p>3</p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>4</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>
<p>5</p> <p>Puré de espinacas Estofado de ternera con puré de papas Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p>6</p> <p>Potaje de lentejas Filete de merluza con mojo picón con verduras y papitas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>7</p> <p>Crema de verduras Tortilla española con ensalada de col Fruta o lácteo y pan (* 1º Patatas 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p>	<p>8</p> <p>Sopa de arroz Contramuslo de pollo al horno con salteado de zanahorias y judías verdes Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos)</p>	<p>9</p> <p>Potaje de la huerta San Jacobo con ensalada mixta Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p>	<p>10</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>11</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 2702/646 GT: 17 GS: 3 HC: 94 AZ: 24 PROT: 31 SAL: 3</p>
<p>12</p> <p>Crema de verduras Macarrones a la boloñesa Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>13</p> <p>Potaje de garbanzos Filete de merluza en salsa verde con papas fritas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p>14</p> <p>Crema de berros Estofado de cerdo a la jardinera (guisantes, zanahoria, patata, pimi) Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>15</p> <p>Potaje canario Contramuslo de pollo al chilindrón con papas a lo pobre Fruta o lácteo y pan (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>16</p> <p>Crema de calabacín Empanadillas de atún con ensalada mixta Fruta o lácteo y pan (* 1º Patatas 2º Carne con Arroz y Lácteos)</p>	<p>17</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>18</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 2784/666 GT: 18 GS: 2 HC: 92 AZ: 22 PROT: 32 SAL: 3</p>
<p>19</p> <p>Crema hortelana Albóndigas a la cazadora con puré de papas Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>20</p> <p>Fabada asturiana Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con menestra de verduras salteadas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p>	<p>21</p> <p>Crema de espinacas Tortilla española con ensalada de tomate con orégano Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p>	<p>22</p> <p>Sopa de arroz Contramuslo de pollo al chilindrón con salteado de zanahorias y judías verdes Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)</p>	<p>23</p> <p>Crema de legumbres Croquetas de jamón con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)</p>	<p>24</p> <p>1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta</p>	<p>25</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3121/747 GT: 26 GS: 5 HC: 96 AZ: 26 PROT: 33 SAL: 3</p>
<p>26</p> <p>Crema de hortalizas (patata, zanahoria, calabacín) Fideuá Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p>	<p>27</p> <p>Potaje de lentejas Filete de merluza al mojo verde con verduras y papitas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos)</p>	<p>28</p> <p>Crema de guisantes Estofado de ternera a la jardinera Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>29</p> <p>Potaje de verduras Tortilla paisana con zanahorias baby Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos)</p>	<p>30</p> <p>Crema de coliflor Nuggets de pollo con ensalada Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p>			<p>VE: 2844/680 GT: 21 GS: 3 HC: 93 AZ: 23 PROT: 31 SAL: 3</p>

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Mayo 2021

COLEGIO: CIUDAD SAN JUAN DE DIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>3</p> <p>Crema de calabaza Lomo con piña con papas panaderas Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>4</p> <p>Rancho canario Fogonero en pepitoria con habichuelas al ajillo Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>5</p> <p>Puré de acelgas Hamburguesa en salsa de tomate con zanahorias salteadas Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>6</p> <p>Potaje de berros Tortilla de verduras con ensalada de tomate con orégano Fruta o lácteo y pan (* 1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>7</p> <p>Crema de puerros Varitas de merluza con ensalada mixta Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>8</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>9</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 2648/634 GT: 17 GS: 3 HC: 93 AZ: 25 PROT: 31 SAL: 4</p>
<p>10</p> <p>Puré de zanahoria Salchichas con tomate con papas fritas Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>11</p> <p>Potaje de verduras Estofado de pollo Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>12</p> <p>Crema de espárragos Pasta a la carbonara Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>13</p> <p>Garbanzos compuestos Pescado encebollado con menestra de verduras salteadas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>14</p> <p>Crema de calabacín Croquetas de jamón con ensalada mixta Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Arroz y Lácteos</p>	<p>15</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>16</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 3081/737 GT: 24 GS: 4 HC: 102 AZ: 24 PROT: 29 SAL: 3</p>
<p>17</p> <p>Crema de espinacas Estofado de ternera con puré de papas Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>18</p> <p>Potaje de lentejas Filete de merluza con mojo picón con verduras y papitas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>19</p> <p>Crema de verduras Tortilla española con ensalada de col Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>20</p> <p>Sopa de arroz Contramuslo de pollo al horno con salteado de zanahorias y judías verdes Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>21</p> <p>Potaje de la huerta San Jacobo con ensalada Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta</p>	<p>22</p> <p>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>23</p> <p>1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p>	<p>VE: 2655/635 GT: 17 GS: 3 HC: 92 AZ: 23 PROT: 30 SAL: 3</p>
<p>24</p> <p>Crema de verduras Macarrones a la boloñesa Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>25</p> <p>Potaje de garbanzos Bacalao en salsa verde con papas fritas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>26</p> <p>Crema de berros Empanadillas de atún con ensalada Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p>27</p> <p>Potaje canario Contramuslo de pollo al horno con papas a lo pobre Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>28</p> <p>FIESTA DÍA DE CANARIAS Puchero Taquitos de lomo adobado con papas fritas Mousse de gofio y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>29</p> <p>1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>30</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos</p>	<p>VE: 3066/733 GT: 23 GS: 3 HC: 98 AZ: 19 PROT: 33 SAL: 3</p>
<p>31</p> <p>Crema hortelana Albóndigas a la cazadora con puré de papas Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>				<p>LILIA FERNÁNDEZ-Dietista y supervisora ARAMARK</p>			<p>VE: 3051/730 GT: 29 GS: 11 HC: 88 AZ: 24 PROT: 37 SAL: 2</p>

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Junio 2021

COLEGIO: CIUDAD SAN JUAN DE DIOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>LILIA FERNÁNDEZ-Dietista y supervisora de cocina ARAMARK</p>	<p>1</p> <p>Fabada asturiana Filete de merluza al horno con vinagreta de cítricos con menestra de verduras salteadas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>2</p> <p>Crema de espinacas Tortilla española con ensalada de tomate con orégano Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Legumbres y Lácteos</p>	<p>3</p> <p>Sopa de arroz Contramuslo de pollo al chilindrón con salteado de zanahorias y judías verdes Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>4</p> <p>Crema de legumbres Croquetas de jamón con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p>5</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>6</p> <p>1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>VE: 3138/751 GT: 25 GS: 3 HC: 98 AZ: 26 PROT: 31 SAL: 3</p>
<p>7</p> <p>Crema de hortalizas (patata, zanahoria, calabacín) Fideuá Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>8</p> <p>Potaje de lentejas Filete de merluza al mojo verde con verduras y papitas Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>9</p> <p>Crema de guisantes Estofado de ternera a la jardinera Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>10</p> <p>Potaje de verduras Tortilla paisana con zanahorias baby Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Arroz y Lácteos</p>	<p>11</p> <p>Crema de coliflor Nuggets de pollo con ensalada Fruta o lácteo y pan (* 1º Patatas 2º Huevos con Pasta y Lácteos</p>	<p>12</p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos</p>	<p>13</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 2844/680 GT: 21 GS: 3 HC: 93 AZ: 23 PROT: 31 SAL: 3</p>
<p>14</p> <p>Crema de calabaza Lomo con piña con papas panaderas Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>15</p> <p>Rancho canario Filete de merluza a la donostiarra con habichuelas al ajillo Fruta o lácteo y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>16</p> <p>Puré de acelgas Hamburguesa en salsa de tomate con zanahorias salteadas Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>17</p> <p>Crema de berros Tortilla de verduras con ensalada de tomate con orégano Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>18</p> <p>Crema de puerros Varitas de merluza con ensalada Fruta o lácteo y pan (* 1º Patatas 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>19</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta</p>	<p>20</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 2669/639 GT: 19 GS: 3 HC: 90 AZ: 23 PROT: 30 SAL: 4</p>
<p>21</p> <p>Crema de zanahoria Salchichas con tomate con papas fritas Fruta o lácteo y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>22</p> <p>Potaje de verduras Estofado de pollo Fruta o lácteo y pan (* 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>23</p> <p>FIESTA FIN DE CURSO Crema de calabacín Pizza Natillas y pan (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>24</p> <p>VACACIONES 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>25</p> <p>VACACIONES 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>26</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>27</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>VE: 2936/702 GT: 22 GS: 4 HC: 97 AZ: 25 PROT: 31 SAL: 3</p>
<p>28</p> <p>VACACIONES 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>29</p> <p>VACACIONES 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>30</p> <p>VACACIONES 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Fruta</p>					<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses