



# Colegio Europeo Aristos

Segundo Turno



Mayo 2018

SEMANA 1	LUNES	MARTES (FESTIVO)	1 MIERCOLES (FESTIVO)	2 JUEVES	3 VIERNES	4		
Primeros Platos	<b>Alergenos que pueden contener los alimentos:</b> <b>1. Cereales que contengan gluten. 2. crustáceos o productos a base de crustáceos. 3. huevo y productos a base de huevo. 4. Pescado y productos a base de pescado. 5 cacahuets y productos a base de cacahuets. 6. Soja y productos a base de soja. 7. leche y sus derivados (incluyendo lactosa). 8. Frutos de cáscara. 9. Apio y productos derivados. 10. Mostaza y productos derivados. 11. Granos de sésamo y productos a base de granos de sésamo. 12. Dioxido de azufre y sulfitos. 13. Altramuces y productos a base dealtramuces. 14. Moluscos y productos a base de moluscos.</b>				Puré de Verduras Espaguetis Boloñesa 1,3 Pescado a la Andaluza 1,4 Salchichas Frankfurt Ensalada Milanesa 12 P Lácteo o Fruta, Pan 1,7	Información nutricional: 568 kcal. 15.9% prot. 38.8% H.C. 45.3% lip.	Entremeses Frios 1,6,7 Judías Verdes Rehogadas Hamburguesa de Pollo 1,3,6,7 Rosada en Salsa Verde 1,4 Ensaladilla Rusa 3,4 Fruta Variada, Pan y Agua 1	Información nutricional: 458 kcal. 26.1% prot. 29.1% H.C. 44.7% lip.
Segundos Platos					Sopa y Lomo	Verdura y Pescado		
Guarnición								
Postre								
Cena Sugerida:					Sopa y Lomo	Verdura y Pescado		
SEMANA 2	LUNES	7 MARTES	8 MIERCOLES	9 JUEVES	10 VIERNES	11		
Primeros Platos	Espaguetis a la Italiana 1,3 Crema de Patata y Puerro	Lentejas Estofadas Acelgas con Bacon	Patatas a la Riojana Sopa Juliana 1,3	Patatas a la Riojana Sopa Juliana 1,3	FESTIVO	Crema de Calabaza Arroz con Pollo		
Segundos Platos	Filete de Pavo Abadejo Salsa Marinera 2,4,14	Tortilla de Bonito 3,4 Fii Ternera a la Plancha	Lenguado a la Romana 1,3,4 Escalopines en Salsa	Lenguado a la Romana 1,3,4 Escalopines en Salsa	FESTIVO	Cinta de Lomo a la Plancha Cazón Adobado 1,4		
Guarnición	Ensalada Tropical 12	Ensalada del Chef 3,4,12	Ensalada Mixta 3,4,12	Ensalada Mixta 3,4,12	FESTIVO	Ensalada Marinera 2,4,12,14		
Postre	Fruta Variada, Pan y Agua 1	P Lácteo o Fruta, Pan 1,7	Fruta Variada, Pan y Agua 1	Fruta Variada, Pan y Agua 1	FESTIVO	Fruta Variada, Pan y Agua 1		
Cena Sugerida:	Verdura y Pescado	Verdura y Lomo	Verdura y Pollo	Verdura y Pollo	FESTIVO	Sopa y Pescado		
SEMANA 3	LUNES	14 MARTES	15 MIERCOLES	16 JUEVES	17 VIERNES	18		
Primeros Platos	Arroz con Tomate Berenjenas Gratinadas 7	Crema de Legumbres Coliflor con Mahonesa 3	Judías Verdes con Tomate Canelones de Bonito 1,3,4,7	Macarrones Pomodoro 1,3 Setas plancha con Jamón	Sopa de Cocido 1,3 Brócoli al Ajo Arriero	Información nutricional: Información nutricional:		
Segundos Platos	Filete Ruso 6 Mero Salsa Marisco 2,4,14	Chuleta de Cerdo a la Plancha Huevos Rellenos 3,4	Albóndigas a la Jardinera 6,8 Salmón a la Plancha 4	Merluza a la Gallega 4 Estofado de Pavo	Cocido Madrileño Completo Trucha al Horno 4	849 kcal. 20.1% prot.		
Guarnición	Ensalada de Maíz 12	Ensalada Campera 3,4,12	Ensalada de Remolacha 12	Ensalada de Arroz 12	Ens de Jamón y Queso 7,12	41.9% H.C.		
Postre	Fruta Variada, Pan y Agua 1	P Lácteo o Fruta, Pan 1,7	Fruta Variada, Pan y Agua 1	P Lácteo o Fruta, Pan 1,7	Fruta Variada, Pan y Agua 1	37.9% lip.		
Cena Sugerida:	Verdura y Pescado	Verdura y Huevo	Sopa y Pescado	Verdura y Pollo	Verdura y Huevo			
SEMANA 4	LUNES	21 MARTES	22 MIERCOLES	23 JUEVES	24 VIERNES	25		
Primeros Platos	FESTIVO	Puré de Patata y Zanahoria Sopa Castellana 1,3	Paella Valenciana Parrillada de Verduras	Patatas a la Marinera 2,4,14 Berenjenas Rellenas 7	Coditos con Tomate 1,3 Espinacas a la Crema 1,7	Información nutricional: Información nutricional:		
Segundos Platos	FESTIVO	Fritos Variados 1,3,4,6,7 Emperador a la Plancha 4	Fil Rosada Rebozado 1,3,4 Cerdo a la Jardinera	Pollo Asado Huevos Fritos Chistorra 3,6,7	Chuleta de Sajonia 6,7 Empanada de Atún 1,3,4,7,	722 kcal. 20.1% prot.		
Guarnición	FESTIVO	Ensalada de Frutas 12	Ensalada Murciana 12	Ensalada California 12	Ensalada Mediterránea 12	47.9% H.C.		
Postre	FESTIVO	P Lácteo o Fruta, Pan 1,7	Fruta Variada, Pan y Agua 1	P Lácteo o Fruta, Pan 1,7	Fruta Variada, Pan y Agua 1	31.7% lip.		
Cena Sugerida:	FESTIVO	Sopa y Pescado	Verdura y Lomo	Verdura y Pescado	Verdura y Huevo			
SEMANA 5	LUNES	28 MARTES	29 MIERCOLES	30 JUEVES	31 VIERNES			
Primeros Platos	Sopa de Estrellitas 1,3 Menestra de Verduras	Arroz con Magro Guisantes con Jamón	Espirales con Verduras 1,3 Calabacín Rebozado 1,3	Lentejas a la Campesina Alcachofas con Jamón	Información nutricional: Información nutricional:			
Segundos Platos	Tortilla Española 4 Lacón a la Gallega 6,7	Fritura de Pescado 1,3,4 Ternera Asada con Puré	Filete de Pollo a la Plancha Bacalao con Tomate 4	Mero a la Romana 1,3,4 Roti de Pavo en su Jugo	857 kcal. 18.2% prot.			
Guarnición	Ensalada Alemana 3	Tomates Rellenos	Ensalada de Pimientos 3,4,12	Ensalada del Paíz 12	42.7% H.C.			
Postre	Fruta Variada, Pan y Agua 1	P Lácteo o Fruta, Pan 1,7	Fruta Variada, Pan y Agua 1	P Lácteo o Fruta, Pan 1,7	39.0% lip.			
Cena Sugerida:	Verdura y Ternera	Verdura y Lomo	Verdura y Pescado	Verdura y Huevo				

Los menús podrán sufrir modificaciones puntuales por motivos de Seguridad Alimentaria.