

MENU BASAL ALMUERZOS-CENTRO ESCOLAR 2016

DIETA HIPOCALÓRICA



DIAS	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	POSTRE
V-1	SOPA DE POLLO CON PIPITAS	LOMO A LA PLANCHA Y PAPAS SANCOCHADAS	FRUTA NATURAL
fru			
L-4	POTAJE DE LENTEJAS	PESCADO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL Y ENSALADA MIXTA	FRUTA NATURAL
M-5	SOPA DE POLLO CON FIDEOS	HAMBURGUESAS A LA PLANCHA Y PAPAS SANCOCHADAS	FRUTA NATURAL
X-6	PURÉ DE VERDURAS	ARROZ, SALCHICHAS Y TORTILLA FRANCESA	LÁCTEO0%
J-7	CREMA DE ZANAHORIAS	PESCADO A LA PLANCHA Y PAPAS SANCOCHADAS CON MOJO VERDE	FRUTA NATURAL
V-8	PURÉ DE ESPINACAS	ESTOFADO DE TERNERA Y POLLO CON VERDURAS	HELADO0%
L-11	POTAJE DE ACELGAS CON GARBANZOS	PESCADO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL Y ENSALADA DE MELOCOTÓN	FRUTA NATURAL
M-12	SOPA DE POLLO CON PIPITAS	VUELTAS A LA PLANCHA CON SALSA CASERA Y PAPAS SANCOCHADAS	FRUTA NATURAL
X-13	CREMA DE CALABAZA	PASTA CON ATÚN Y ORÉGANO	LÁCTEO0%
J-14	POTAJE DE BERROS CON JUDÍAS	TORTILLA FRANCESA Y TOMATES A LA CATALANA	FRUTA NATURAL
V-15	SOPA DE POLLO CON FIDEOS	HAMBURGUESAS A LA PLANCHA Y ARROZ BLANCO	FRUTA NATURAL
L-18	POTAJE DE LENTEJAS	PESCADO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL Y ENSALADA DE QUESO	FRUTA NATURAL
M-19	PURÉ DE ESPINACAS	ROPA VIEJA DE POLLO, TERNERA Y VERDURAS	FRUTA NATURAL
X-20	SOPA CAMPESINA (CON GARBANZOS, ZANAHORIA, POLLO Y TERNERA)	PESCADO A LA PLANCHA Y PAPAS SANCOCHADAS CON MOJO VERDE	LÁCTEO0%
J-21	CREMA DE CALABACINOS	ARROZ AMARILLO CON POLLO Y VERDURAS	FRUTA NATURAL
V-22	POTAJE DE ACELGAS CON GARBANZOS	PASTA CON SALCHICHAS Y ORÉGANO	HELADO0%
L-25	CREMA DE VERDURAS	TORTILLA FRANCESA Y JAMÓN YORK	FRUTA NATURAL
M-26	POTAJE DE BERROS CON JUDÍAS	PESCADO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL Y ENSALADA TROPICAL	FRUTA NATURAL
X-27	SOPA DE POLLO CON PIPITAS	LOMO A LA PLANCHA Y PAPAS SANCOCHADAS	LÁCTEO0%
J-28	CREMA DE ZANAHORIAS	PASTA CON ATÚN Y ORÉGANO	FRUTA NATURAL
V-29	POTAJE DE LENTEJAS	MUSLO DE POLLO DESHUESADO AL HORNO Y ENSALADA MIXTA	FRUTA NATURAL

ABRIL2016

MENU BASAL ALMUERZOS-CENTRO ESCOLAR 2016

DIETA HIPOCALÓRICA

MAYO 2016



DIAS	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	POSTRE
L-2		FESTIVO	FRUTA NATURAL
M-3	PURÉ DE ESPINACAS	ARROZ, SALCHICHAS Y TORTILLA FRANCESA	FRUTA NATURAL
X-4	SOPA DE POLLO CON PIPITAS	ESTOFADO DE TERNERA, POLLO Y VERDURAS	LÁCTEO0%
J-5	POTAJE DE ACELGAS	PESCADO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL Y ENSALADA DE QUESO	FRUTA NATURAL
V-6	CREMA DE CALABAZA	HAMBURGUESAS A LA PLANCHA CON SALSA DE CARNE Y PAPAS SANCOCHADAS	HELADO0%
L-9	POTAJE DE VERDURAS	PASTA CON ATÚN Y ORÉGANO	FRUTA NATURAL
M-10	SOPA DE POLLO CON FIDEOS	TORTILLA FRANCESA Y JAMÓN YORK	FRUTA NATURAL
X-11	CREMA DE CALABACINOS	JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO Y PAPAS SANCOCHADAS	LÁCTEO0%
J-12	POTAJE DE BERROS CON JUDÍAS	PESCADO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL Y ENSALADA DE MELOCOTÓN	FRUTA NATURAL
V-13	SOPA CAMPESINA (CON GARBANZOS, ZANAHORIA, POLLO Y TERNERA)	HAMBURGUESAS A LA PLANCHA Y ARROZ BLANCO	FRUTA NATURAL
L-16	PURÉ DE ESPINACAS	VUELTAS A LA PLANCHA CON MOJO HERVIDO Y PAPAS SANCOCHADAS	FRUTA NATURAL
M-17	CREMA DE ZANAHORIAS	ARROZ AMARILLO CON POLLO Y VERDURAS	FRUTA NATURAL
X-18	SOPA DE POLLO CON PIPITAS	PESCADO A LA PLANCHA Y PAPAS SANCOCHADAS CON MOJO VERDE	LÁCTEO0%
J-19	POTAJE DE BERROS CON JUDÍAS	MUSLO DE POLLO AL HORNO Y ENSALADA MIXTA	FRUTA NATURAL
V-20	PURÉ DE ACELGAS	PASTA CON ATÚN Y ORÉGANO	HELADO0%
L-23	POTAJE DE LENTEJAS	PESCADO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL Y ENSALADA TROPICAL	FRUTA NATURAL
M-24	PURÉ DE VERDURAS	PASTA CON SALCHICHAS	FRUTA NATURAL
X-25	SOPA DE POLLO CON FIDEOS	LOMO A LA PLANCHA Y PAPAS SANCOCHADAS	LÁCTEO0%
J-26	CREMA DE CALABAZA	TORTILLA FRANCESA Y TOMATES A LA CATALANA	FRUTA NATURAL
V-27	POTAJE DE BERROS CON JUDIAS	PESCADO A LA PLANCHA CON CEBOLLA Y PIMIENTO Y PAPAS SANCOCHADAS	FRUTA NATURAL
L- 30		FESTIVO	FRUTA NATURAL
M-31	CREMA DE ZANAHORIAS	ROPA VIEJA DE POLLO, TERNERA Y VERDURAS	FRUTA NATURAL

MENU BASAL ALMUERZOS-CENTRO ESCOLAR 2016

DIETA HIPOCALÓRICA



JUNIO 2016

DIAS	PRIMER PLATO	SEGUNDO PLATO	POSTRE
X-1	SOPA CAMPESINA	ARROZ, SALCHICHAS Y TORTILLA FRANCESA	LÁCTEO0%
J-2	POTAJE DE LENTEJAS	PESCADO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL Y ENSALADA DE QUESO	FRUTA NATURAL
V-3	PURÉ DE VERDURAS	HAMBURGUESAS A LA PLANCHA Y PAPAS SANCOCHADAS	HELADO0%
L-6	SOPA DE POLLO CON PIPITAS	TORTILLA FRANCESA Y JAMÓN YORK	FRUTA NATURAL
M-7	POTAJE DE ACELGAS CON GARBANZOS	PESCADO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL Y ENSALADA DE MELOCOTÓN	FRUTA NATURAL
X-8	CREMA DE CALABAZA	HAMBURGUESAS A LA PLANCHA CON SALSA DE CARNE Y PAPAS SANCOCHADAS	LÁCTEO0%
J-9	PURÉ DE VERDURAS	PASTA CON ATÚN Y ORÉGANO	FRUTA NATURAL
V-10	SOPA DE POLLO CON FIDEOS	VUELTAS A LA PLANCHA CON MOJO HERVIDO Y PAPAS SANCOCHADAS	FRUTA NATURAL
L-13	POTAJE DE LENTEJAS	PESCADO A LA PLANCHA Y ENSALADA MIXTA	FRUTA NATURAL
M-14	CREMA DE CALABACINOS	LOMO A LA PLANCHA Y PAPAS SANCOCHADAS	FRUTA NATURAL
X-15	PURÉ DE ESPINACAS	ARROZ AMARILLO CON POLLO Y VERDURAS	LÁCTEO0%
J-16	SOPA CAMPESINA	PESCADO A LA PLANCHA Y PAPAS SANCOCHADAS Y MOJO VERDE	FRUTA NATURAL
V-17	POTAJE DE ACELGAS	MUSLO DE POLLO EN SU JUGO Y ENSALADA TROPICAL	HELADO0%
L-20	POTAJE DE BERROS	PASTA CON JAMÓN Y ORÉGANO	POSTRE FINAL CURSO0%