

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - 1º quincena de JULIO 2024

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Espaguetis con nata (1,3,6,7,10) Fil. de merluza al horno c/ensalada (4) Postre 	Ensaladilla rusa (patata, guisantes, mahonesa, zanahoria, atún claro) (3,4,6,12) Huevos revueltos con jamón (3,6,7) Postre	Puré de calabacín y puerros (12) Ragout de ternera en salsa jardinera y patatas dado (12) Postre	Paella vegetal Gallo a la andaluza con ensalada (1,4) Postre 	Sopa de fideos (1,3,6,10) Cinta de lomo adobada con patatas (12) Postre
kcal 744 Lip 37,8 Prot 44,0 HdC 77	kcal 796 Lip 37,9 Prot 41,1 HdC 98	kcal 739 Lip 31,8 Prot 15,1 HdC 123	kcal 608 Lip 25,8 Prot 25,2 HdC 69	kcal 779 Lip 33,7 Prot 55,1 HdC 64
8	9	10	11	21
Puré de verduras (12) Hamburguesa de ternera con patatas fritas (1,6,7,12) Postre	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, loncha de york) Empanadillas de atún con ensalada (1,3,4,6,10) Postre	Alubias guisadas con verduras Tortilla francesa con queso y ensalada (3,7) Postre	Hélices con chorizo (1,3,6,10) Merluza al horno con ensalada (4) Postre	Judías verdes rehogados Muslitos de pollo con puré de patata (7) Postre 
kcal 681 Lip 34,6 Prot 22,3 HdC 70	kcal 720 Lip 34,7 Prot 37,6 HdC 89	kcal 768 Lip 29,1 Prot 13,9 HdC 113	kcal 656 Lip 23,6 Prot 23,1 HdC 63	kcal 713 Lip 30,9 Prot 50,4 HdC 58
15				
Lentejas a la campesina (estofadas con verdura) Huevos villarroy con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Postre 				
kcal 658 Lip 21,9 Prot 35,1 HdC 80				

CAMPAMENTO



URBANO

 grupo_servicatering

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, sandía, melón.



Ingredientes ecológicos



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



GASTRONOMÍA LOCAL



Pescados sostenibles



Productos integrales



Productos con DOP

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Aitramucos	Moluscos

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - 1º quincena de JULIO 2024

NO PLÁTANO NI AGUACATE

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Espaguetis con nata (1,3,6,7,10) Fil. de merluza al horno c/ensalada (4) Postre	Ensaladilla rusa (patata, guisantes, mahonesa, zanahoria, atún claro) (3,4,6,12) Huevos revueltos con jamón (3,6,7) Postre	Puré de calabacín y puerros (12) Ragout de ternera en salsa jardinera y patatas dado (12) Postre	Paella vegetal Gallo a la andaluza con ensalada (1,4) Postre	Sopa de fideos (1,3,6,10) Cinta de lomo adobada con patatas (12) Postre
8	9	10	11	21
Puré de verduras (12) Hamburguesa de ternera con patatas fritas (1,6,7,12) Postre	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, loncha de york) Empanadillas de atún con ensalada (1,3,4,6,10) Postre	Alubias guisadas con verduras Tortilla francesa con queso y ensalada (3,7) Postre	Hélices con chorizo (1,3,6,10) Merluza al horno con ensalada (4) Postre	Judías verdes rehogados Muslitos de pollo con puré de patata (7) Postre
15	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <h1>CAMPAMENTO</h1> </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;"> <h1>URBANO</h1> </div> </div>			
Lentejas a la campesina (estofadas con verdura) Huevos villarroy con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Postre				

Fruta de temporada (no plátano ni aguacate) en función de su estado de maduración: manzana, pera, naranja, sandía, melón.

 grupo_servicatering



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Aitnamucos	Moluscos

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - 1º quincena de JULIO 2024

NO FRUTOS SECOS NI NUECES

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Espaguetis con nata (1,3,6,7,10) Fil. de merluza al horno c/ensalada (4) Postre	Ensaladilla rusa (patata, guisantes, mahonesa, zanahoria, atún claro) (3,4,6,12) Huevos revueltos con jamón (3,6,7) Postre	Puré de calabacín y puerros (12) Ragout de ternera en salsa jardinera y patatas dado (12) Postre	Paella vegetal Gallo a la andaluza con ensalada (1,4) Postre	Sopa de fideos (1,3,6,10) Cinta de lomo adobada con patatas (12) Postre
8	9	10	11	21
Puré de verduras (12) Hamburguesa de ternera con patatas fritas (1,6,7,12) Postre	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, loncha de york) Empanadillas de atún con ensalada (1,3,4,6,10) Postre	Alubias guisadas con verduras Tortilla francesa con queso y ensalada (3,7) Postre	Hélices con chorizo (1,3,6,10) Merluza al horno con ensalada (4) Postre	Judías verdes rehogados Muslitos de pollo con puré de patata (7) Postre
15	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <h1>CAMPAMENTO</h1>  </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;"> <h1>URBANO</h1> </div> </div>			
Lentejas a la campesina (estofadas con verdura) Huevos villarroy con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Postre				

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, sandía, melón.

 grupo_servicatering



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Aitnamucos	Moluscos

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - 1º quincena de JULIO 2024

NO FRUTOS SECOS

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Espaguetis con nata (1,3,6,7,10) Fil. de merluza al horno c/ensalada (4) Postre	Ensaladilla rusa (patata, guisantes, mahonesa, zanahoria, atún claro) (3,4,6,12) Huevos revueltos con jamón (3,6,7) Postre	Puré de calabacín y puerros (12) Ragout de ternera en salsa jardinera y patatas dado (12) Postre	Paella vegetal Gallo a la andaluza con ensalada (1,4) Postre	Sopa de fideos (1,3,6,10) Cinta de lomo adobada con patatas (12) Postre
8	9	10	11	21
Puré de verduras (12) Hamburguesa de ternera con patatas fritas (1,6,7,12) Postre	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, loncha de york) Empanadillas de atún con ensalada (1,3,4,6,10) Postre	Alubias guisadas con verduras Tortilla francesa con queso y ensalada (3,7) Postre	Hélices con chorizo (1,3,6,10) Merluza al horno con ensalada (4) Postre	Judías verdes rehogados Muslitos de pollo con puré de patata (7) Postre
15	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <h1>CAMPAMENTO</h1> </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;"> <h1>URBANO</h1> </div> </div>			
Lentejas a la campesina (estofadas con verdura) Huevos villarroy con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Postre				

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, sandía, melón.

 grupo_servicatering



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Aitramucos	Moluscos

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - 1º quincena de JULIO 2024

NO GLUTEN

Todas las comidas se acompañarán de pan sin gluten y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Espaguetis (esp.sin alergenosen) con nata (7) Fil. de merluza al horno c/ensalada (4) Postre	Ensaladilla rusa (patata, guisantes, mahonesa, zanahoria, atún claro) (3,4,6,12) Huevos revueltos con jamón (3,6,7) Postre	Puré de calabacín y puerros (12) Ragout de ternera en salsa jardinera y patatas dado (12) Postre	Paella vegetal Gallo a la andaluza con ensalada (harina de maíz,4) Postre	Sopa de fideos (esp.sin alergenosen) Cinta de lomo adobada con patatas (12) Postre
8	9	10	11	21
Puré de verduras (12) Hamburguesa de ternera (esp.sin alergenosen) con patatas fritas (12) Postre	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, loncha de york) Empanadillas de atún con ensalada (1,3,4,6,10) Postre	Alubias guisadas con verduras Tortilla francesa con queso y ensalada (3,7) Postre	Hélices (esp.sin alergenosen) con chorizo Merluza al horno con ensalada (4) Postre	Judías verdes rehogados Muslitos de pollo con puré de patata (7) Postre
15	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <h1>CAMPAMENTO</h1>  </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;"> <h1>URBANO</h1> </div> </div>			
Lentejas a la campesina (estofadas con verdura) Tortilla francesa con ensalada (3) Postre				

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, sandía, melón.

 grupo_servicatering



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Aitramucos	Moluscos

CEIP NUESTRA SEÑORA DE LOURDES - 1º quincena de JULIO 2024

NO LENTEJAS

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Espaguetis con nata (1,3,6,7,10) Fil. de merluza al horno c/ensalada (4) Postre	Ensaladilla rusa (patata, guisantes, mahonesa, zanahoria, atún claro) (3,4,6,12) Huevos revueltos con jamón (3,6,7) Postre	Puré de calabacín y puerros (12) Ragout de ternera en salsa jardinera y patatas dado (12) Postre	Paella vegetal Gallo a la andaluza con ensalada (1,4) Postre	Sopa de fideos (1,3,6,10) Cinta de lomo adobada con patatas (12) Postre
8	9	10	11	21
Puré de verduras (12) Hamburguesa de ternera con patatas fritas (1,6,7,12) Postre	Arroz 3 delicias (maíz, zanahoria, loncha de york) Empanadillas de atún con ensalada (1,3,4,6,10) Postre	Alubias guisadas con verduras Tortilla francesa con queso y ensalada (3,7) Postre	Hélices con chorizo (1,3,6,10) Merluza al horno con ensalada (4) Postre	Judías verdes rehogados Muslitos de pollo con puré de patata (7) Postre
15				
Sopa de fideos (1,3,6,10) Huevos villarroy con ensalada (1,2,3,4,6,7,14) Postre				

CAMPAMENTO



URBANO

grupo_servicatering

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, sandía, melón.



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Aitnamucos	Moluscos