

Curso 2023 - Menú de Primaria

Catering Yanioma

Día	Almuerzo							
	Primero	Segundo	Guarnición	Postre	Kcal.	H.C.	Prot.	Lip.
L	Crema de Verduras	Estofado de Ternera		Fruta de Temporada	688	76	38	28
M	Crema de Calabacín	Merluza al Limón(11)	con Ensalada Mixta	Fruta de Temporada	548	54	25	25
X	Sopa de Fideos(2,4)	Cerdo Agridulce(4,13)	con Arroz Blanco	Macedonia	738	96	33	23
J								
V								

Cena Recomendada
Plato
Revuelto de Setas
Pavo con Verduras
Tortilla Francesa con Ensalada

L	Sopa de Pollo(2,4)	Arroz Amarillo con Atún(11)		Fruta de Temporada	696	102	22	22
M	Potaje de Berros	Jamonicitos de Pollo	Ensalada Variada(11)	Fruta de Temporada	1009	68	47	60
X	Sopa Minestrone(4)	Macarrones int a la Boloñesa(2,4,7,8)		Ensalada de Frutas	831	124	32	21
J	Potaje de Alubias	Flamenquín(4,7,8)	con Menestra de Verduras	Fruta de Temporada	948	85	42	46
V	Crema de Calabaza	Tortilla Española(7)	con Tomates en Rueda	Lácteo(6,7,8)	582	53	19	30

Tortilla de Verduras
Pescado con Papas
Pollo con Ensalada
Pasta Gratinada
Pavo con Verduras

L	Crema de Calabacín	Paella Mixta(5,11)		Fruta de Temporada	714	88	34	26
M	Potaje de Garbanzos	Pavo en Salsa(4)	con Menestra de Verduras	Fruta de Temporada	760	84	38	29
X	Sopa de Estrellitas(2,4)	Escalope de Ternera(4,7)	Ensalada Mediterránea	Fruta de Temporada	939	96	38	46
J	Potaje de Lentejas	Fogonero en Tacos(4,7,11)	con Papas Sancochadas	Fruta de Temporada	790	92	36	30
V	Crema de Verduras	Ropa Vieja		Lácteo(6,7,8)	565	65	25	21

Tortilla de Verduras
Pescado con Arroz
Pollo con Papas
Ternera con Verduras
Pavo con Ensalada

L	Crema de Zanahoria	Espirales con Tomate y Atún(4,7,8,11)		Fruta de Temporada	667	114	26	12
M	Rancho Canario(4,7)	Cinta de Lomo	con Menestra de Verduras	Fruta de Temporada	692	70	33	31
X	Sopa de Fideos(2,4)	Pechuga Empanada(4,7)	Ensalada Variada(11)	Fruta de Temporada	764	81	37	35
J	Potaje de Alubias	Tortilla Española(7)	Ensalada de Tomate(8)	Fruta de Temporada	864	87	29	41
V	Crema de Espinacas	Pizza Variada(4,8,11)		Lácteo(6,7,8)	626	54	22	33

Pollo con Ensalada
Revuelto de Setas
Pasta con Tomate
Pescado con Verduras
Lomo con Ensalada

L								
M								
X								
J								
V								

Alergenos:

1-Altramuces / 2-Apio / 3-Cacahuete / 4-Gluten / 5-Crustáceos / 6-Futos Secos / 7-Huevo
8-Leche / 9-Moluscos / 10-Mostaza / 11-Pescado / 12-Sésamo / 13-Soja / 14-Sulfitos

El menú irá acompañado por: agua, pan (blanco/integral), gofio (para purés, cremas y potajes).

Como postre de las cenas, se recomienda una pieza de fruta de temporada.

Excepcionalmente el menú podrá sufrir leves variaciones por disponibilidad del mercado, ausencia del personal u otros motivos.