

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
1	Sopa de puchero Filete de pollo en salsa de queso y champiñones y patatas panaderas Yogur Pan ((1) , (1 , 7) , (7))	2	Arroz tres delicias Gallineta en salsa marinera con patatas Fruta Pan ((3) , (4 , 14) , (1))	3	Crema de verduras Tortilla de patatas Ensalada de lechuga y maíz Fruta ((14) , (3) , (1))	4	Sopa de cocido Cocido completo Yogur Pan ((1) , (7 , 14) , (7))	5	Macarrones con tomate y orégano Fogonero en salsa con verduras Bizcocho casero Pan ((1) (3) , (4)(7))
587 Kcal 32,9g Prot 20g Lip 65,3g Hc		689 Kcal 30g Prot 14,5g Lip 112,3g		761 Kcal 18,7g Prot 28,3g Lip 109,7g		803 Kcal 32,8g Prot 37,4g Lip 82,8g		820 Kcal 44,2g Prot 23g Lip 110,5g	
8		9	Arroz con verduras Magro al tomillo con champiñones y patatas Fruta Pan ((1))	10	Sopa de cocido Hamburguesa mixta con salsa de tomate y patatas Fruta Pan ((1) , (14))	11	Alubias blancas guisadas con chorizo Croquetas de jamón con pisto Yogur Pan ((7) , (1 , 3 , 6 , 7) , (1))	12	Coditos con tomate y albahaca Tortilla francesa con queso rallado y guisantes Bizcocho casero Pan ((1) , (3) (4) , (7))
		740 Kcal 34,1g Prot 16,1g Lip 115,8g		613 Kcal 22,6g Prot 18,9g Lip 90,5g		766 Kcal 29,8g Prot 22,4g Lip 107,2g		753 Kcal 26,3g Prot 24,2g Lip 108,8g	
15	Crema de calabacín Salmón al horno con verduritas Yogur Pan ((14) , (4) , (7) , (1))	16	Patatas guisadas a la marinera Tortilla francesa con verduras Fruta Pan ((1 , 2 , 3 , 4 , 10 , 12 , 14) , (3 , (1))	17	Macarrones a la napolitana Pollo empanado Ensalada de lechuga, aceitunas y maíz Fruta ((1 , 7) , (1) , (14))	18	Sopa de cocido Cocido completo Fruta Pan ((1) , (7 , 14))	19	Entremeses fríos y calientes Hamburguesa completa con chips Postre especial Pan ((1 , 3 , 4 , 6 , 7) , 7 , (11) , (1))
742 Kcal 44,6g Prot 29,6g Lip 70,3g		676 Kcal 20,1g Prot 20,5g Lip 105,3g		867 Kcal 36g Prot 79g Lip 119,9g Hc		833 Kcal 30,5g Prot 35,9g Lip 101,1g		981 Kcal 37,1g Prot 41,1g Lip 110,2g	
22		23		24		25		26	
29		30		31					

Alérgenos



1. Gluten



2. Crustáceo



3. Huevo



4. Pescado



5. Cacahuete



6. Soja



7. Lácteo



8 Fruto cáscara



9. Apio



10. Mostaza



11. Sésamo



12. Molusco



13. Altramuz



14. Sulfito

Menú elaborado por el N.º R.S. (26.019999/M) y valorado por Inés Varas Fernández, Graduado en Nutrición Humana y Dietética.

Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en menús de alergias y cualquier otra información sobre alérgenos, contacte con nuestras oficinas centrales.

CATASA catering Madrid, nutrición@catasa.es. Si requiere una dieta específica para usuarios con requerimientos especiales intolerantes y alergias solicite al colegio la elaboración de un menú especial. (RD 126/2015). CATASA presenta información sobre sustancias o productos que pueden causar alergias o intolerancias a disposición del consumidor en el centro (Rta. 1169/2011)

