





















MENÚ DEL 6 AL 10 DE MAYO C.P.I.F.P. San Blas

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayuno	Leche, café, cacao puro, pan integral, cereales integrales y fruta. (miércoles: jamón serrano)				
	 519 Kcal				
Media Mañana	Bocadillo tortilla y York (341 Kcal)+ fruta  391 Kcal	Bocadillo jamón York, lechuga y tomate (242 Kcal) + fruta  292 Kcal	Bocadillo de lomo embuchado (513 Kcal) + fruta  563 Kcal	Bocadillo de jamón serrano con tomate (443 Kcal) + fruta  493 Kcal	Bocadillo vegetal (392 Kcal) + fruta  442 Kcal
Comida	Judía verde con patata (253 Kcal), lomo plancha (272 Kcal) con calabacín plancha (65 Kcal) y fruta  790 Kcal	Potaje de alubias pintas (369 Kcal), lubina al horno con patatas (253 Kcal) y fruta  822 Kcal	Arroz a la cubana (610 Kcal), merluza al horno con salteado de verduras y garbanzos (330 Kcal) y fruta  1140 Kcal	Espaguetis boloñesa (383 Kcal), huevos rellenos (274 Kcal) con verduras al vapor (31 Kcal) y fruta.  888 Kcal	Alcachofas salteadas con jamón (333 Kcal), calamares con patatas (381 Kcal) con ensalada de pera y queso (163 Kcal) y Fruta  764 Kcal
Merienda	Bocadillo de queso caliente (372 Kcal) + fruta  422 Kcal	Leche + bizcocho de naranja (196 Kcal) + fruta  296 Kcal	Bocadillo de atún y tomate (305 Kcal) + fruta  355 Kcal	Sandwich de York y queso (244 Kcal) + fruta  294 Kcal	Bocadillo de pechugas a la plancha (646 Kcal) y fruta.  696 Kcal
Cena	Sopa de pescado (161 Kcal) + Tortilla de patata (403,10 Kcal) + Ensalada variada (160 Kcal) + Fruta  924 Kcal	Coliflor con salsa de queso (370 Kcal) + Alitas de pollo al horno (364 Kcal) con patatas a la griega (230 Kcal) + Fruta  1163 Kcal	Hojaldre de verduras (213 Kcal) y guiso de ternera con patata (372 Kcal) Fruta  1163 Kcal	Crema de verduras (218 Kcal) + Hamburguesa casera (300 Kcal) con crujientes de zanahoria (85 Kcal) + Fruta  803 Kcal	

Leyenda de los alérgenos

 CRUSTÁCEOS	 SÉSAMO	 FRUTOS SECOS	 GLUTEN	 HUEVOS	 PESCADO	 MOLÚSCOS
 MOSTAZA	 APIO	 CACAHUETES	 LÁCTEOS	 SULFITO	 SOJA	 ALTRAMUZ