

MENU PARA COLEGIOS CON CATERING



REGISTRO SANITARIO R.G.S.A. Nº 2604.937/TO

TELF/FAX 925.353.767 Autov. Madrid-Toledo Km 63.200 Olías del Rey Toledo

SEPTIEMBRE 2017																				
LUNES 11					MARTES 12				MIÉRCOLES 13				JUEVES 14				VIERNES 15			
Caracolas con tomate (1) Hamburguesa de atún y ensalada de maiz(1.6.4.) Fruta					Crema de zanahoria Pasta española(1h) y ensalada de remolacha Fruta				Lentejas con verduras Pollo asado con patatas naturales Fruta				Arroz tres delicias (2.1.3.6.7) Lenguado en salsa con ensalada de maiz(4) Fruta				Ensalada de alubias Escalope de jamón con arroz (1.7) Fruta			
KCAL	PROT	CARBH	LIP		KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
682	35,3	44,5	48,2		684	49,2	35	23,8	777	24	91	54	640	31,4	59	33,1	800	49,4	30,9	60
LUNES 18					MARTES 19				MIÉRCOLES 20				JUEVES 21				VIERNES 22			
Guisantes rehogados Doré de atún con ensalada de maiz (1.3.4.6.7) Fruta					Ensaladilla rusa (1.3.4.7) Albóndigas de pollo a la jardinera (1.3.7) Fruta				Arroz con tomate Paella francesa (1 huevo) con ensalada de zanahoria Fruta				Ensalada de garbanzos(3.4) Ragout de ternera con verduras Fruta				Espaguetis a la boloñesa(ternera picada)(1) Lenguado en salsa con ensalada de remolacha(4) Fruta			
KCAL	PROT	CARBH	LIP		KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
1033	40,1	107,6	43		780	50	46	34	748	37,4	83,5	23,6	885	45,2	81,2	39,5	789	31,3	86,2	43,4
LUNES 25					MARTES 26				MIÉRCOLES 27				JUEVES 28				VIERNES 29			
Ensalada de pasta (1.3.4) Pollo a la romana en salsa con ensalada de remolacha(4) Fruta					Sopa de fideos (1.7) Sancocho completo (gar,pat,zan,jud,rep,ter) (7.1.2.3.4.5.6.7.8.9.10.11.12.13.14) Fruta				Paella de verduras Pollo a la romana (1h) con ensalada de zanahorias (1.3.4.5.6.7.8.9.10.11.12.13.14) Fruta				Crema de calabacín Filete de Tilapia con ensalada de remolacha (4) Fruta				Lentejas castellanas (pat,zan,cho) (7) Cinta de lomo con ensalada de maiz (7) Fruta			
KCAL	PROT	CARBH	LIP		KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
744	44	68,9	22,5		984	33,5	112	41,6	776	46,2	48,5	52,6	579	25,9	50	43,8	798	46,7	39,1	51,6
SUGERENCIAS DE CENAS																				
LUNES 11					MARTES 12				MIÉRCOLES 13				JUEVES 14				VIERNES 15			
Espárragos con mahonesa Escalope de ternera					Calabacín asado Filete de lenguado con calabaza				Brócoli cocido Calamares con lechuga				Crema de acelgas Cinta de sajonia con patatas				Ensalada campera Abadejo a la plancha			
LUNES 18					MARTES 19				MIÉRCOLES 20				JUEVES 21				VIERNES 22			
Espinacas con bechamel Bistec a la plancha					Crema parmentier Emperador con mahonesa				Ensalada campera Atún encebollado				Acelgas rehogadas Empanada gallega				Guisantes rehogados Chuleta de cerdo con lechuga y tomate			
LUNES 25					MARTES 26				MIÉRCOLES 27				JUEVES 28				VIERNES 29			
Espárragos gratinados Bistec a la plancha					Crema de champiñón Bacalao a la romana con lechuga y tomate (4)				Brócoli cocido Filete de lenguado con calabaza				Calabacín asado Cinta de sajonia con patatas				Espinacas con bechamel Emperador con lechuga y tomate (4)			

Todos los menus estan elaborados con aceite de oliva virgen extra y sal yodada. Se sirve pan y agua, todos los dias. La elaboracion de los primeros platos es cocida y de los segundos es en hornos de conveccion.

Gluten. 1	Crustáceos. 2	Huevos. 3	Pescado. 4	Cacahuetes. 5	Soja. 6	Leche. 7	Frutos Secos cascara. 8	Apio. 9	Mostaza. 10	Sésamo. 11	Atramicos. 12	Moluscos. 13	Diox. Azufre y sulfites. 14
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

