

<p>01-05-2023</p>  <p>Colegios Ramón y Cajal</p>	<p>02-05-2023</p>	<p><b>03</b> Kcal: 762 HC: 91 PR: 36 GR: 28</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>CODITOS CARBONARA SIN GLUTEN</li> <li>CODITOS CON TOMATE SIN GLUTEN</li> <li>SALMÓN AL HORNO</li> <li>MERLUZA AL HORNO</li> <li>YOGUR</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>04</b> Kcal: 818 HC: 89 PR: 34 GR: 32</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>SOPA DE VERDURAS SIN GLUTEN</li> <li>ALBÓNDIGAS DE TERNERA SIN GLUTEN</li> <li>PATATAS FRITAS</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>05</b> Kcal: 604 HC: 33 PR: 19 GR: 35</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>CREMA DE CALABAZA</li> <li>SOLOMILLOS DE POLLO EN SALSA</li> <li>ARROZ BLANCO</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>
<p><b>08</b> Kcal: 853 HC: 66 PR: 25 GR: 39</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ESPAGUETIS BOLOÑESA SIN GLUTEN</li> <li>MERLUZA AL HORNO</li> <li>ENSALADA MIXTA</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>09</b> Kcal: 601 HC: 31 PR: 45 GR: 49</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>CREMA DE CALABACIN</li> <li>GAZPACHO SIN GLUTEN</li> <li>RAGUT DE PAVO</li> <li>ENSALADA MIXTA</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>10</b> Kcal: 878 HC: 69 PR: 50 GR: 40</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ENSALADA DE GARBANZOS</li> <li>POTAJE DE GARBANZOS</li> <li>REVUELTO DE JAMÓN</li> <li>YOGUR</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>11</b> Kcal: 680 HC: 30 PR: 42 GR: 29</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ARROZ MILANESA</li> <li>FILETE DE LENGUADO AL HORNO</li> <li>ENSALADA MIXTA</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>12</b> Kcal: 585 HC: 46 PR: 24 GR: 33</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>CHAMPIÑONES CON JAMÓN</li> <li>PURÉ DE VERDURAS FRESCAS</li> <li>CINTA DE LOMO ADOBADA A LA PLANCHA</li> <li>PATATAS FRITAS</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>
<p>15-05-2023</p>	<p><b>16</b> Kcal: 716 HC: 24 PR: 28 GR: 52</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>PURÉ DE VERDURAS FRESCAS</li> <li>ESCALOPE MILANESA SIN GLUTEN</li> <li>ENSALADA MIXTA</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>17</b> Kcal: 561 HC: 52 PR: 25 GR: 24</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ARROZ BLANCO CON TOMATE</li> <li>MERLUZA EN SALSA VERDE SIN GLUTEN</li> <li>ENSALADA MIXTA</li> <li>YOGUR</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>18</b> Kcal: 601 HC: 83 PR: 12 GR: 14</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>CREMA DE CALABAZA</li> <li>LASAÑA DE TERNERA SIN GLUTEN</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>19</b> Kcal: 688 HC: 17 PR: 32 GR: 38</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>GAZPACHO SIN GLUTEN</li> <li>LENTEJAS CON VERDURAS</li> <li>POLLO ASADO</li> <li>ENSALADA MIXTA</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>
<p><b>22</b> Kcal: 427 HC: 32 PR: 19 GR: 11</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>PAELLA DE VERDURAS</li> <li>SALCHICHAS DE PAVO FRESCAS AL HORNO</li> <li>TOMATE</li> <li>ENSALADA MIXTA</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>23</b> Kcal: 542 HC: 29 PR: 35 GR: 28</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>PURÉ DE VERDURAS FRESCAS</li> <li>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA</li> <li>PATATAS FRITAS</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>24</b> Kcal: 693 HC: 93 PR: 33 GR: 19</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>MACARRONES CON TOMATE SIN GLUTEN</li> <li>FILETE DE LENGUADO AL HORNO</li> <li>ENSALADA MIXTA</li> <li>YOGUR</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>25</b> Kcal: 818 HC: 89 PR: 34 GR: 32</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>SOPA DE VERDURAS SIN GLUTEN</li> <li>ALBÓNDIGAS DE TERNERA SIN GLUTEN</li> <li>PATATAS FRITAS</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>26</b> Kcal: 753 HC: 30 PR: 29 GR: 44</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>CREMA DE CALABAZA</li> <li>SOLOMILLOS DE IBERICO AL HORNO</li> <li>ARROZ BLANCO</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>
<p><b>29</b> Kcal: 614 HC: 14 PR: 23 GR: 38</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>BROCOLI GRATINADO SIN GLUTEN</li> <li>SALMÓN AL HORNO</li> <li>ENSALADA MIXTA</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>30</b> Kcal: 498 HC: 30 PR: 21 GR: 18</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>PAELLA DE VERDURAS</li> <li>REVUELTO DE JAMÓN</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>	<p><b>31</b> Kcal: 693 HC: 37 PR: 27 GR: 46</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>CREMA DE ZANAHORIAS</li> <li>ESCALOPE MILANESA SIN GLUTEN</li> <li>PATATAS FRITAS</li> <li>YOGUR</li> <li>FRUTA DEL TIEMPO</li> </ul>		

Las calorías consumidas pueden oscilar +/- 200, dependiendo de las edades, ya que el gramaje de las raciones varía. Los alumnos con intolerancia o alergia a algún alimento de los aquí presentados, deben consultar el menú DE ESE DÍA en el especial para alergias e intolerancias. El alumno podrá elegir plato cuando se ofrezcan dos alternativas.

🚫 - Gluten 🌱 - Altramuz 🟣 - Dioxido de azufre y sulfitos 🐚 - Molusco 🥜 - Cacahuete 🍌 - Apio 🍳 - Huevos 🐟 - Pescado 🥛 - Lacteo 🌿 - Mostaza 🦀 - Crustaceo 🌰 - Sesamo 🍓 - Frutos secos 🌱 - Soja