

Colegios Ramón y Cajal Menú basal septiembre Celíacos A. Soria

				01-09-2023
				No hay menu asignado
04-09-2023 No hay menu asignado	05-09-2023 No hay menu asignado	06 Kcal: 716 HC: 29 PR: 23 GR: 44 CREMA DE CALABAZA ESCALOPE MILANESA SIN GLUTEN PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO	07 Kcal: 818 HC: 55 PR: 27 GR: 42 GAZPACHO SIN GLUTEN SOPA DE COCIDO SIN GLUTEN ALBÓNDIGAS DE TERNERA SIN GLUTEN PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO	08 Kcal: 671 HC: 65 PR: 26 GR: 27 CODITOS CON TOMATE SIN GLUTEN ENSALADA DE PASTA SIN GLUTEN SOLOMILLOS DE POLLO EN SALSA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO
11 Kcal: 524 HC: 32 PR: 27 GR: 37 PURÉ DE VERDURAS FRESCAS REVUELTO DE SALMÓN REVUELTO DE JAMÓN NATILLAS DE VAINILLA FRUTA DEL TIEMPO	12 Kcal: 603 HC: 28 PR: 20 GR: 32 ENSALADA DE ARROZ ARROZ BLANCO CON TOMATE SALCHICHAS DE PAVO FRESCAS AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	13 Kcal: 746 HC: 20 PR: 33 GR: 46 JUDIAS VERDES CON JAMÓN SOLOMILLOS DE IBERICO AL HORNO PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO YOGUR	14 Kcal: 801 HC: 66 PR: 31 GR: 34 ESPAGUETOS BOLOÑESA SIN GLUTEN SALMÓN AL HORNO FILETE DE LENGUADO ROMANA SIN GLUTEN ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	15 Kcal: 858 HC: 50 PR: 50 GR: 34 LENTEJAS CON VERDURAS GAZPACHO SIN GLUTEN POLLO ASADO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO
18 Kcal: 856 HC: 84 PR: 37 GR: 31 ENSALADA DE PASTA SIN GLUTEN CINTA DE LOMO ADOBADA A LA PLANCHA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	19 Kcal: 484 HC: 38 PR: 12 GR: 22 GUISANTES CON JAMÓN JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO ARROZ BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	20 Kcal: 676 HC: 92 PR: 16 GR: 26 CREMA DE ZANAHORIAS LASAÑA DE TERNERA SIN GLUTEN ENSALADA MIXTA YOGUR FRUTA DEL TIEMPO	21 Kcal: 577 HC: 43 PR: 25 GR: 30 ARROZ BLANCO CON TOMATE ARROZ TRES DELICIAS SALMÓN AL HORNO FILETE DE MERLUZA ROMANA SIN GLUTEN ENSALADA MIXTA YOGUR FRUTA DEL TIEMPO	22 Kcal: 623 HC: 32 PR: 23 GR: 31 ENSALADA ILUSTRADA REVUELTO DE HUEVOS CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO
25 Kcal: 928 HC: 82 PR: 26 GR: 41 CODITOS CARBONARA SIN GLUTEN CODITOS CON TOMATE SIN GLUTEN MERLUZA AL HORNO FILETE DE MERLUZA ROMANA SIN GLUTEN ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	26 Kcal: 351 HC: 37 PR: 4 GR: 20 CHAMPIÑONES CON JAMÓN ENSALADA MIXTA CORDON BLEU SIN GLUTEN FRUTA DEL TIEMPO	27 Kcal: 572 HC: 73 PR: 15 GR: 23 FIDEUÁ DE VERDURAS Y POLLO SIN GLUTEN ALITAS DE POLLO MARINADAS ENSALADA MIXTA YOGUR FRUTA DEL TIEMPO	28 Kcal: 716 HC: 29 PR: 23 GR: 44 CREMA DE CALABAZA ESCALOPE MILANESA SIN GLUTEN PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO	29 Kcal: 865 HC: 55 PR: 34 GR: 42 LENTEJAS CON VERDURAS GAZPACHO SIN GLUTEN TORTILLA DE PATATAS ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO

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
- Dioxid de azufre y sulfitos
- Molusco
- Cacahuete
- Apio
- Huevos
- Pescado
- Lacteo
- Mostaza
- Crustaceo
- Sesamo
- Frutos secos
- Soja

Kcal: Kilocalorías PR: Proteínas HC: Hidratos GR: Grasas

15 - Alergias e intolerancias 13 - Celíacos 14 - Celíacos Infantil 12 - Infantil 11 - Prim, ESO y Bach

Colegios Ramón y Cajal - B28701340 - 914135631 | info@colegiosramonycajal.es - Arturo Soria, 206 - 28043 Madrid, Madrid