

Colegios Ramón y Cajal Menú basal septiembre Celíacos Infantil

| | | | | |
|---|---|--|---|---|
| | | | | 01 Kcal: 632 HC: 20 PR: 37 GR: 37 |
| | | | | PURÉ DE VERDURAS FRESCAS POLLO ASADO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO |
| 04 Kcal: 342 HC: 25 PR: 18 GR: 32 | 05 Kcal: 526 HC: 30 PR: 15 GR: 22 | 06 Kcal: 716 HC: 29 PR: 23 GR: 44 | 07 Kcal: 897 HC: 93 PR: 38 GR: 29 | 08 Kcal: 671 HC: 65 PR: 26 GR: 27 |
| CREMA DE CALABACIN BROCOLI GRATINADO SIN GLUTEN FILETES RUSOS DE TERNERA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO | PAELLA DE VERDURAS MERLUZA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO | CREMA DE CALABAZA ESCALOPE MILANESA SIN GLUTEN PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO | SOPA DE COCIDO SIN GLUTEN ALBÓNDIGAS DE TERNERA SIN GLUTEN PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO | CODITOS CON TOMATE SIN GLUTEN SOLOMILLOS DE POLLO EN SALSA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO |
| 11 Kcal: 526 HC: 32 PR: 28 GR: 36 | 12 Kcal: 603 HC: 28 PR: 20 GR: 32 | 13 Kcal: 737 HC: 11 PR: 32 GR: 49 | 14 Kcal: 801 HC: 66 PR: 31 GR: 34 | 15 Kcal: 858 HC: 50 PR: 50 GR: 34 |
| PURÉ DE VERDURAS FRESCAS REVUELTO DE JAMÓN NATILLAS DE VAINILLA FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA DE ARROZ ARROZ BLANCO CON TOMATE SALCHICHAS DE PAVO FRESCAS AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO | JUDIAS VERDES CON JAMÓN SOLOMILLOS DE IBERICO AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO YOGUR | ESPAGUETIS BOLOÑESA SIN GLUTEN SALMÓN AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO | LENTEJAS CON VERDURAS POLLO ASADO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO |
| 18 Kcal: 809 HC: 84 PR: 31 GR: 28 | 19 Kcal: 484 HC: 38 PR: 12 GR: 22 | 20 Kcal: 676 HC: 92 PR: 16 GR: 26 | 21 Kcal: 577 HC: 43 PR: 25 GR: 30 | 22 Kcal: 623 HC: 32 PR: 23 GR: 31 |
| MACARRONES CON TOMATE SIN GLUTEN CINTA DE LOMO ADOBADA A LA PLANCHA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO | GUISANTES CON JAMÓN JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO ARROZ BLANCO FRUTA DEL TIEMPO | CREMA DE ZANAHORIAS LASAÑA DE TERNERA SIN GLUTEN ENSALADA MIXTA YOGUR FRUTA DEL TIEMPO | ARROZ BLANCO CON TOMATE SALMÓN AL HORNO ENSALADA MIXTA YOGUR FRUTA DEL TIEMPO | ENSALADA ILUSTRADA REVUELTO DE HUEVOS CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO |
| 25 Kcal: 928 HC: 82 PR: 26 GR: 41 | 26 Kcal: 351 HC: 37 PR: 4 GR: 20 | 27 Kcal: 762 HC: 73 PR: 45 GR: 26 | 28 Kcal: 716 HC: 29 PR: 23 GR: 44 | 29 Kcal: 865 HC: 55 PR: 34 GR: 42 |
| CODITOS CARBONARA SIN GLUTEN ESPAGUETIS BOLOÑESA SIN GLUTEN MERLUZA AL HORNO FILETE DE MERLUZA ROMANA SIN GLUTEN ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO | CHAMPIÑONES CON JAMÓN ENSALADA MIXTA CORDON BLEU SIN GLUTEN FRUTA DEL TIEMPO | FIDEUÁ DE VERDURAS Y POLLO SIN GLUTEN POLLO ASADO ENSALADA MIXTA YOGUR FRUTA DEL TIEMPO | CREMA DE CALABAZA ESCALOPE MILANESA SIN GLUTEN PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO | LENTEJAS CON VERDURAS 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
- Dioxido de azufre y sulfitos
- Molusco
- Cacahuete
- Apio
- Huevos
- Pescado
- Lacteo
- Mostaza
- Crustaceo
- Sesamo
- Frutos secos
- Soja

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

I5 - Alergias e intolerancias I3 - Celíacos I4 - Celíacos Infantil I2 - Infantil I1 - Prim, ESO y Bach

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