

Sin Gluten

MES: Mayo 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA			1 FESTIVO	2 FESTIVO
5 Puré de verduras Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) VE:3.072/735 GT:21 GS:3 HC:112 AZ:26 PROT:32 SAL:1	6 Pasta (sin gluten) con tomate Lomo asado a las finas hierbas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) VE:3.168/758 GT:17 GS:3 HC:91 AZ:26 PROT:36 SAL:2	7 Alubias estofadas con verduras Revuelto de jamón y champiñón con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) VE:3.089/739 GT:10 GS:1 HC:111 AZ:29 PROT:37 SAL:1	8 Arroz con pollo Ventresca de merluza al horno con salteado de verduras Yogur y pan (sin gluten) VE:3.072/735 GT:31 GS:7 HC:98 AZ:14 PROT:32 SAL:1	9 Crema de calabacín Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas Fruta y pan (sin gluten) VE:3.315/793 GT:16 GS:3 HC:83 AZ:29 PROT:41 SAL:1
12 Patatas estofadas Filete de caballa con pisto Fruta y pan (sin gluten) VE:3.306/791 GT:35 GS:3 HC:126 AZ:24 PROT:23 SAL:1	13 Pasta (sin gluten) con tomate Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) VE:3.269/782 GT:37 GS:4 HC:132 AZ:35 PROT:54 SAL:1	14 Garbanzos estofados con verduras Pollo al limón con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) VE:3.060/732 GT:22 GS:4 HC:96 AZ:34 PROT:23 SAL:1	15 Arroz tres delicias Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten) VE:3.194/764 GT:29 GS:7 HC:87 AZ:12 PROT:43 SAL:1	16 Crema de zanahoria con manzana Wok de pavo con verduritas Fruta y pan (sin gluten) VE:3.281/785 GT:5 GS:1 HC:115 AZ:31 PROT:36 SAL:1
19 Arroz hortelano con legumbres con verduras Huevos con mayonesa de atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) VE:3.194/764 GT:44 GS:7 HC:109 AZ:27 PROT:28 SAL:1	20 Crema de champiñones Albóndigas con tomate con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) VE:3.235/774 GT:46 GS:11 HC:91 AZ:26 PROT:41 SAL:1	21 Menestra de verduras salteadas Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) VE:3.072/735 GT:19 GS:4 HC:73 AZ:25 PROT:23 SAL:1	22 Alubias pintas estofadas con verduras Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan (sin gluten) VE:3.319/794 GT:39 GS:6 HC:83 AZ:13 PROT:51 SAL:1	23 Pasta (sin gluten) con salsa de zanahoria Pollo a la barbacoa con pisto Fruta y pan (sin gluten) VE:3.256/779 GT:56 GS:3 HC:123 AZ:29 PROT:28 SAL:3
26 Vichyssoisse de garbanzos Pastel de salmón con tomate sobre patata al romero Fruta y pan (sin gluten) VE:3.060/732 GT:21 GS:5 HC:74 AZ:25 PROT:31 SAL:1	27 Salteado de borraja con patatas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) VE:3.306/791 GT:28 GS:3 HC:120 AZ:44 PROT:43 SAL:1	28 Puré de verduras Merluza con pil pil de tomate con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) VE:3.093/740 GT:17 GS:2 HC:129 AZ:26 PROT:19 SAL:2	29 Arroz a la napolitana Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan (sin gluten) VE:3.210/768 GT:45 GS:8 HC:83 AZ:13 PROT:46 SAL:2	30 Sopa de pasta (sin gluten) Pollo asado con salteado de verduras Fruta y pan (sin gluten) VE:3.168/758 GT:12 GS:3 HC:82 AZ:29 PROT:41 SAL:1