PROYECTO LABOR SL
Sección de Catering
Pol. Ind. Cabanillas 16-A
949 20 63 60
RGSEAA: 26.05090/GU

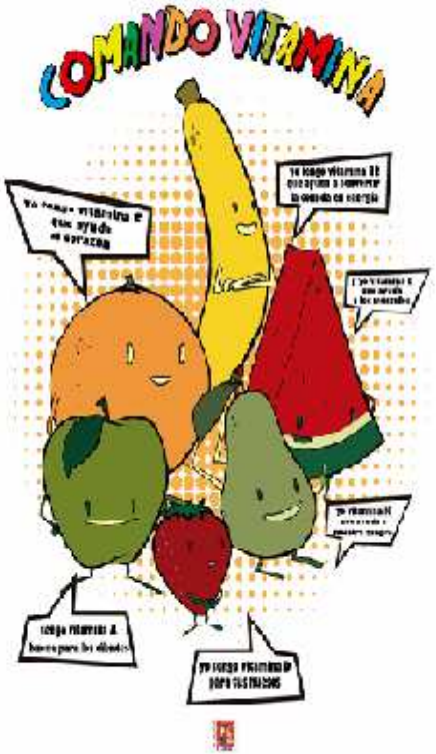
MENÚ

CEIP - MONDEJAR

MENÚ SIN CERDO

MAYO 2023

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
FESTIVO	Sopa (msl) (1,3) Cocido completo; garbanzos, patata, zanahoria pollo Fruta de temporada	Tallarines salteados con tomate y orégano (1,3,12) Hamburguesa de calamar (1,2,3,4,6,7,8,9,10,12,14) con gajos de tomate Fruta de temporada	Verduras rehogadas (patata,zanah.,guisan.,judía verde) Albóndigas de pollo a la riojana (1,6,12) con gajos de tomate Yogur (7)	Arroz blanco con tomate frito Tortilla francesa casera (3) con lechuga y tomate Fruta de temporada
LUNES 8	**MARTES 9**	**MIÉRCOLES 10**	**JUEVES 11**	**VIERNES 12**
Panaché de verduras Pollo en salsa de la abuela con patatas (1,12) Yogur (7)	Coditos con queso (1,3,7) Filete de merluza (1,4) con lechuga y zanahoria Fruta de temporada	Pojate de guisantes (12) Hamburguesa de pollo S/G Fruta de temporada	Lentejas a la levantina (legumbre con patata y arroz) Tortilla con queso (3,7) con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada	Paella Salchichas de ave con tomate frito (1,3,12) Fruta de temporada
LUNES 15	**MARTES 16**	**MIÉRCOLES 17**	**JUEVES 18**	**VIERNES 19**
Crema de verduras y hortalizas Canelones de atún (1,2,3,4,6,7,8,9,14) Petit-suisse (7)	Judías blancas estofadas (9) Bacalao rebozado (1,4) con ensalada de lechuga y soja (6) Fruta de temporada	Macarrones con tomate (1,3) Bacaladilla rebozada (1,4) con tomate y zanahoria Fruta de temporada	Arroz salteado* Bacalao rebozado (1,4) Ensalada mixta Fruta de temporada	Crema de legumbres Tortilla de patatas casera con calabacín (3) con gajos de tomate Fruta de temporada
LUNES 22	**MARTES 23**	**MIÉRCOLES 24**	**JUEVES 25**	**VIERNES 26**
Judías verdes al ajillo Atún a la riojana (4,6) Patatas fritas Yogur (7)	Tallarines salteados con tomate y orégano (1,3,12) Medallones de salmón en salsa (1,2,3,4,14) Fruta de temporada	Sopa (msl) (1,3) Cocido completo; garbanzos, patata, zanahoria pollo Fruta de temporada	Arroz blanco con tomate frito Tortilla francesa casera (3) Rueda de tomate Fruta de temporada	Judías pintas estofadas con zanahoria Croquetas de bacalao (1,2,3,4,6,7,8,9,14) Lechuga y pepinillos (12) Fruta de temporada
LUNES 29	**MARTES 30**	**MIERCOLES 31**	**JUEVES**	**VIERNES**
Fideuá (judías,pimientos,cebolla) (1,3) Roty de pavo en salsa con manzana (1,6,12) Fruta de temporada	Marmitaco de atún (4,6,12) Muslitos de pollo en pepitoria (patata,cebolla,huevo) (1,3,6,11) Yogur (7)	FESTIVO		



La cena debe complementar la comida escolar, aportando entre el 25-30% de la energía diaria.

Debe ser ligera y no muy grasa para no alterar el sueño del niño.

Preferible preparar pescado azul, ya que al tener más espinas, no se suele ofertar en el comedor.

www.proyectolabor.es/ familias

Todos los menús van acompañados de Fruta Fresca deTemporada, Pan (1) y Agua

Información alimentaria de alérgenos: 1 Gluten, 2 Crustáceos, 3 Huevos, 4 Pescado, 5 Cacahuetes, 6 Soja, 7 Lácteos, 8 Frutos de cáscara, 9 Apio, 10 Mostaza, 11 Sésamo, 12 Sulfitos, 13 Altramuces, 14 Moluscos