

Menú C.P. Almonacid de Zorita
MAYO CURSO 2025-2026

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| Lunes 04 Pasta de verduras con tomate. Tortilla francesa con ensalada de lechuga Pan integral Fruta fresca y vaso de leche | Martes 05 Lentejas estofadas Salchichas de pollo con con ensalada Pan blanco Fruta fresca y vaso de leche | Miercoles 06 Judías verdes Muslitos de pollo al horno con patatas Pan blanco Fruta fresca y vaso de leche | Jueves 07 Crema de calabacín Merluza al horno con lechuga Pan blanco Fruta fresca y vaso de leche | Viernes 08 Sopa de fideos Lomo fresco plancha con patatas Pan integral Fruta fresca y vaso de leche |
| Lunes 11 Arroz integral con tomate Huevos y patatas Pan blanco Fruta fresca y vaso de leche | Martes 12 Judias blancas con chorizo Abadejo a la romana con ensalada Pan integral Fruta fresca y vaso de leche | Miercoles 13 Sopa de cocido Ternera pollo albóndigas garbanzos verduras y patatas Pan integral Fruta fresca y vaso de leche | Jueves 14 Judias verdes rehogadas Filetes rusos de ternera con patatas Pan blanco Fruta fresca y vaso de leche | Viernes 15 Patatas guisadas con costillas Pescado azul con ensalada de lechuga y tomate Pan integral Fruta fresca y vaso de leche |
| Lunes 18 Ensalada de pasta con atun queso tomate y pavo Pollo plancha con patatas Pan integral Fruta fresca y vaso de leche | Martes 19 Lentejas con carne y verduras Empanadillas caseras de atun con ensalada Pan integral Fruta fresca y vaso de leche | Miercoles 20 Puré de verduras Solomillo de cerdo plancha con ensalada Pan integral Fruta fresca y vaso de leche | Jueves 21 Judias verdes rehogadas Albóndigas de ternera con patatas Pan blanco Fruta fresca y vaso de leche | Viernes 22 Sopa de fideos Filete de pavo plancha con patatas Pan blanco Fruta fresca y vaso de leche |
| Lunes 25 Tallarines con tomate Tortilla francesa con ensalada variada Pan integral Fruta fresca y vaso de leche | Martes 26 Crema de calabaza Merluza al horno con tomate natural Pan blanco Fruta fresca y vaso de leche | Miercoles 27 Judías verdes Lomo adobado plancha con patatas Pan blanco Fruta fresca y vaso de leche | Jueves 28 Sopa de cocido Ternera pollo albóndigas garbanzos verduras y patatas Pan integral Fruta fresca y vaso de leche | Viernes 29 Arroz tres delicias Filete emperador plancha con tomate natural Pan integral Fruta fresca y vaso de leche |

RECOMENDACIONES CENAS

| | | |
|----------|--|---|
| | SI SE COME | SE RECOMIENDA |
| 1 PLATOS | PASTA/ARROZ PATATAS/LEGUMBRE VERDURAS/HORTALIZAS | VERDURAS/HORTALIZAS VERDURAS/HORTALIZAS PASTA/ARROZ/PATATAS |
| 2 PLATOS | CARNE PESCADO HUEVO | PESCADO/HUEVO CARNE/HUEVO CARNE/PESCADO |
| POSTRE | FRUTA LÁCTEOS | LACTEOS/FRUTA FRUTA |

NOTA

Todos los dias se da de postre una pieza de fruta y se complementa con menos de la mitad de un vaso de leche

Bebida principal agua
Tres días en semana pan integral
Las elaboraciones son de km 0