



COLEGIO SANTA TERESA DE JESUS- CARMELITAS

ABRIL 24



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES		
Semana 3	01/04/2024	02/04/2024	03/04/2024	04/04/2024	05/04/2024		
	NO LECTIVO	HUEVOS COCIDOS CON GUISANTES ESPAGUETIS CON BOLONESA FRUTA	ARROZ TRES DELICIAS FINGERS DE PESCADO ENSALADA FRUTA	SOPA VEGETAL JAMON ASADO PURE LACTEO- Fruta	CREMA DE VERDURAS ALBONDIGAS EN SALSA CON GUARNICION FRUTA	ENERGIA (Kcal)	688,88
		Vaso de leche con cacao, galletas tipo maria y zumo de naranja natural	Vaso de leche con cereales tipo corn flakes y fruta	Vaso de leche con tostadas de pan integral con aceite de oliva virgen y fruta	Vaso de leche con cacao, cereales de arroz inflado y zumo de naranja natural	Prot. (g)	26,16
	PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON TOMATE ASADO	FAJITAS DE CERDO CON PIMIENTOS Y CEBOLLA	PESCADO DEL DIA AL HORNO CON AJO, PEREJIL Y ESPINACAS REHOGADAS	SANDWICH VEGETAL	Lip. (g)	23,52	
	LACTEO	LACTEO	FRUTA	LACTEO	HdcC (g)	89,34	
Semana 4	08/04/2024	09/04/2024	10/04/2024	11/04/2024	12/04/2024		
	ESPIRALES CON TOMATE LOMO A LA PLANCHA ENSALADA LACTEO-Fruta	LENTEJAS CON CHORIZO PIZZA ARTESANA DE JAMON YORK Y QUESO FRUTA	ENSALADILLA RUSA FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA LECHUGA FRUTA	SOPA DE VERDURAS POLLO AL AJILLO CON PATATAS FRUTA	PAELLA BOCADITOS DE BACALAO ENSALADA FRUTA	ENERGIA (Kcal)	729,70
	Vaso de leche con cereales integrales y zumo de naranja natural	Vaso de leche con tostada de pan integral con aceite de oliva virgen y fruta	Vaso de leche con cacao, galletas tipo maria y zumo de naranja natural	Vaso de leche con cereales y fruta	Vaso de leche con tostada de pan blanco con margarina, mermelada y zumo de naranja natural	Prot. (g)	30,70
TORTILLA DE ATUN CON ENSALADA	HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA CON TOMATE ASADO	ENSALADA COMPLETA CON QUESO Y NUECES	PESCADO DEL DIA AL HORNO CON PATATAS ASADAS	PECHUGA DE PAVO CON PURE DE ZANAHORIA	Lip. (g)	28,82	
	FRUTA	LACTEO	LACTEO	LACTEO	HdcC (g)	80,32	
Semana 5	15/04/2024	16/04/2024	17/04/2024	18/04/2024	19/04/2024		
	SOPA DE AVE TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE TOMATE LACTEO-Fruta	CALDO GALLEGO JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON ARROZ BLANCO FRUTA	JUDIAS REHOGADAS SAN JACOBO AL HORNO FRUTA	CREMA DE ZANAHORIA CINTA DE LOMO EN SU JUGO PATATAS ASADAS FRUTA	CODITOS GRATINADOS ABADEJO AL HORNO LECHUGA Y ZANAHORIA LACTEO- Fruta	ENERGIA (Kcal)	702,60
	Vaso de leche con cacao, galletas tipo maria y fruta	Vaso de leche con cereales de chocolate y zumo de naranja natural	Vaso de leche con cacao, tostada de pan blanco con margarina, mermelada y fruta	Vaso de leche con cacao, galletas integrales y zumo de naranja natural	Vaso de leche con pan integral fresco con aceite de oliva virgen y fruta	Prot. (g)	33,76
CALABACIN RELLENO DE VERDURAS	PESCADO A LA PLANCHA CON ENSALADA	FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA CON BERENJENA ASADA	VARITAS DE MERLUZA CASERAS CON ENSALADA DE CANONIGOS	HUEVOS RELLENOS CON LECHUGA	Lip. (g)	30,04	
	FRUTA	LACTEO	LACTEO	FRUTA	HdcC (g)	70,82	
Semana 6	22/04/2024	23/04/2024	24/04/2024	25/04/2024	26/04/2024		
	CREMA DE CALABAZA FILETE RUSO PATATAS FRITAS LACTEO- Fruta	MENESTRA CON JAMON MERLUZA AL HORNO CON PATATAS NATILLAS CASERAS	MACARRONES SALTEADOS PECHUGA DE POLLO EN SU JUGO CON ENSALADA FRUTA	ARROZ CON TOMATE TORTILLA FRANCESA ENSALADA CON ATUN FRUTA	SOPA HORTELANA GUISO DE CARNE CON PATATAS FRUTA	ENERGIA (Kcal)	634,38
	Vaso de leche con tostada de pan blanco con margarina, mermelada y zumo de naranja natural	Vaso de leche con galletas integrales y fruta	Vaso de leche con cacao, copos de arroz inflado y zumo de naranja natural	Vaso de leche con pan integral fresco con aceite de oliva virgen y fruta	Vaso de leche con cacao, galletas tipo maria y zumo de naranja natural	Prot. (g)	26,88
PESCADO DEL DIA AL PAPILOTE CON PIMIENTOS ASADOS	REVUELTO DE ESPINACAS	SANDWICH VEGETAL	PECHUGA DE PAVO CON PURE DE PATATA	BERENJENA RELLENA CON SU PROPIA CARNE Y VERDURAS	Lip. (g)	20,12	
	FRUTA	LACTEO	LACTEO	LACTEO	HdcC (g)	81,62	
Semana 1	29/04/2024	30/04/2024					
	LENTEJAS VEGETALES MILANESA CON ARROZ LACTEO-Fruta	CREMA DE VERDURAS ESTOFADO DE POLLO CON FIDEOS FRUTA				ENERGIA (Kcal)	692,86
	Vaso de leche con cacao, cereales y fruta	Vaso de leche con tostada de pan integral con margarina, mermelada y zumo de naranja natural				Prot. (g)	33,68
TORTILLA FRANCESA CON ACELGAS REHOGADAS FRUTA	FILETE A LA PLANCHA CON LECHUGA LACTEO				Lip. (g)	27,72	
					HdcC (g)	74,50	



Garantía que estos menús fueron planificados siguiendo los principios dietéticos establecidos en el Real Decreto (Organización Menús de Salud) en alimentación escolar y sus ser elaborados con materias primas de 1ª calidad. Se desean consultar o tener online visitar [www.arumeservicio.com](http://www.arumeservicio.com)

Revisado: Inés Barciela Cabaletro  
Técnico Superior en Dietética y Nutrición  
DNI 53172340 C