

Menú de Mayo 2.013 .CEIP. SAN JUAN BOSCO

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>6. Arroz a la cubana <i>Rice with with Egg in Tomato Sauce</i> Huesos villaroy y ensalada <i>Villaroy eggs with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i></p> <p>Cal: 700 Prot: 19 Grasas: 29 HC: 53</p>	<p>7. Puré de verduras <i>Vegetable mashed</i> Ragout ternera y patatas panadera <i>Veal ragout and Baking Potatoes</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit</i></p> <p>Cal: 744 Prot: 20 Grasas: 29 HC: 51</p>	<p>1. NO LECTIVO Holiday</p>	<p>2. NO LECTIVO Holiday</p>	<p>3. NO LECTIVO Holiday</p>
<p>13. Lentejas Estofadas con verdura <i>Lentils Stew with Vegetables</i> Tortilla de jamón con ensalada <i>Ham Omelette with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i></p> <p>Cal: 708 Prot: 23 Grasas: 24 HC: 53</p>	<p>14. Sopa de cocido <i>Stew soup</i> Complemento de cocido madrileño <i>Chickpeas, meat and cabbage stew</i> Fruta natural y leche <i>Fresh fruit and milk</i></p> <p>Cal: 720 Prot: 20 Grasas: 28 HC: 52</p>	<p>15. NO LECTIVO Holiday</p>	<p>16. Arroz Caldoso <i>Broth Rice</i> Filete de Percha plancha con ensalada <i>Grilled Perch Fillet with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit with Milk</i></p> <p>Cal: 730 Prot: 20 Grasas: 24 HC: 56</p>	<p>17. Espirales con chorizo y tomate <i>Spirals with Chorizo and Tomato Sauce</i> Chuletta de Sajona con ensalada <i>Saxony Porkchop with salad</i> Gelatina <i>Gelatin</i></p> <p>Cal: 744 Prot: 20 Grasas: 26 HC: 54</p>
<p>20. Arroz tres delicias <i>Chinese Fried</i> Hamburguesa de ternera y ensalada <i>Veal burger with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i></p> <p>Cal: 710 Prot: 19 Grasas: 29 HC: 50</p>	<p>21. Ensalada Campesina <i>Peasants Salad</i> Pescado rebozado con champiñón <i>Battered Fish with mushroom</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and milk</i></p> <p>Cal: 742 Prot: 19 Grasas: 30 HC: 51</p>	<p>22. Espagnetti Bolonesa <i>Spaghetti Bolognese</i> Tortilla francesa de jamón y tomate <i>French Ham and Tomato Omelette</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and milk</i></p> <p>Cal: 749 Prot: 19 Grasas: 25 HC: 56</p>	<p>23. Puré de verduras <i>Vegetables mashed</i> Pollo Asado con pinchos fritos <i>Roast Chicken with Fried Peppers</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit with Milk</i></p> <p>Cal: 682 Prot: 19 Grasas: 35 HC: 49</p>	<p>24. Sopa de cocido <i>Stew soup</i> Complemento de cocido madrileño <i>Chickpeas, meat and cabbage stew</i> Natillas Caseras <i>Homemade Custard</i></p> <p>Cal: 744 Prot: 21 Grasas: 30 HC: 52</p>
<p>27. Lentejas con patatas y zanahoria <i>Lentils with Potatoes and Carrots</i> Susi Jacobos con patatas panadera <i>Fried Cheese and Ham with Potatoes</i> Fruta Natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i></p> <p>Cal: 724 Prot: 22 Grasas: 29 HC: 51</p>	<p>28. Macarrones con beicon <i>Macaroni with Bacon</i> Filete de Lengua con ensalada <i>Tongue Fillet with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh fruit and milk</i></p> <p>Cal: 730 Prot: 23 Grasas: 26 HC: 51</p>	<p>29. Crema de calabacin <i>Cream of zucchini</i> Carne asada con ensalada <i>Roast beef with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and milk</i></p> <p>Cal: 756 Prot: 16 Grasas: 29 HC: 55</p>	<p>30. Arroz al horno <i>Baked Rice</i> Calamares y croquetas con ensalada <i>Squid and croquettes with salad</i> Fruta natural y leche <i>Fresh Fruit and Milk</i></p> <p>Cal: 752 Prot: 18 Grasas: 29 HC: 54</p>	<p>31. COMIDA FIN DE CURSO Entrameres calientes Pizza Nuggets Helado Oca, cola sin cafeina / naranja</p>

El menú del día 7 y el día 27. se servirá para los alumnos de Infantil Puré de verdura