

MENÚ BASAL

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

MAYO

<p>1 LUNES</p> <p>FESTIVO</p> 	<p>2 MARTES</p> <p>FESTIVO</p> 	<p>3 MIÉRCOLES</p> <p>Menestra de verduras rehogada con ajo y aceite oliva Bacalao al orly SG con patata panadera</p> <p>Leche ECO -Piña en almibar -Pan SG</p>	<p>4 JUEVES</p> <p>Jornada gastronomica EEUU </p> <p>Mac (SG) and cheese Costillas asadas a la barbacoa con patatas</p> <p>Pera - Pan SG</p>	<p>5 VIERNES</p> <p>Judías blancas estofadas</p> <p>Tortilla de calabacín con calabaza</p> <p>Yogur natural - Pan SG</p>
<p>8 LUNES</p> <p>Patatas guisadas con magro</p> <p>Salmón a la naranja con patatas dado</p> <p>Manzana - Pan SG</p>	<p>9 MARTES</p> <p>Crema Vichyssoise</p> <p>Ragout de pollo en salsa con quinoa</p> <p>Plátano - Pan SG</p>	<p>10 MIÉRCOLES</p> <p>Arroz 3 delicias</p> <p>Tortilla calabacín con zanahoria</p> <p>Leche - Melón - Pan SG</p>	<p>11 JUEVES</p> <p>Judías verdes con zanahoria ECO</p> <p>Bacaladillas SG con patatas dado</p> <p>Pera - Pan SG</p>	<p>12 VIERNES</p> <p>Sopa de cocido (fideos SG) Cocido completo</p> <p>Yogur natural - Pan SG</p>
<p>15 LUNES</p> <p>FESTIVO</p>  	<p>16 MARTES</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Jamoncitos de pollo en su jugo con pisto manchego Melocotón almibar - Pan SG</p>	<p>17 MIÉRCOLES</p> <p>Ensalada campera</p> <p>Merluza a la andaluza SG con jardinera de verduras Leche- Plátano - Pan SG</p>	<p>18 JUEVES</p> <p>Farfalle SG a la napolitana</p> <p>Tortilla de chorizo con verduras Manzana - Pan SG</p>	<p>19 VIERNES</p> <p>Sopa de marisco (fideos SG) Pizza casera SG jamón y queso</p> <p>Yogur natural - Pan SG</p>
<p>22 LUNES</p> <p>Brócoli salteado</p> <p>Filete ruso 100% ternera con patatas dado</p> <p>Pera - Pan SG</p>	<p>23 MARTES</p> <p>Judías blancas con verduras</p> <p>Merluza en salsa con wok de verduras</p> <p>Manzana - Pan SG</p>	<p>24 MIÉRCOLES</p> <p>Sopa de picadillo (fideos SG) Tortilla de patatas con verduras</p> <p>Leche - Melón - Pan SG</p>	<p>25 JUEVES</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Rabas de calamar SG con zanahoria</p> <p>Plátano - Pan SG</p>	<p>26 VIERNES</p> <p>Jornada sin Gluten Crema de calabacín ECO</p> <p>Pollo asado con patata panadera</p> <p>Yogur natural</p>
<p>29 LUNES</p> <p>Judías verdes a la rondeña (con huevo y jamón) Bacalao orly SG con wok de brócoli</p> <p>Manzana - Pan SG</p>	<p>30 MARTES</p> <p>Garbanzos con espinacas</p> <p>Tortilla de jamon york con patata dado</p> <p>Pera - Pan SG</p>	<p>31 MIÉRCOLES</p> <p>Espaguetis SG boloñesa</p> <p>Gallo San Pedro con verduras salteadas</p> <p>Leche - Plátano - Pan SG</p>	<p>DÍA 11 Zanahoria ecológica</p> <p>DÍA 26 Calabacín ecológico</p>  	

Valorado nutricionalmente por Emma Cuadrado Bravo, Graduada en Nutrición Humana y Dietética nº colegiada: MAD00223

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez.

Valoración nutricional en base a niños de 6 - 9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: calidadynutricion@gastronomialasmurallas.es



MENÚ SIN HUEVO

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

MAYO






1 LUNES	FESTIVO 	2 MARTES	FESTIVO 	3 MIÉRCOLES	Menestra de verduras rehogada con ajo y aceite oliva Bacalao al orly con patata panadera Leche ECO -Piña en almibar -Pan	4 JUEVES	Jornada gastronomica EEUU  Macarrones (SG) and tomate Costillas asadas a la barbacoa con patatas Pera - Pan	5 VIERNES	Judías blancas estofadas Pollo al ajillo con calabaza Yogur natural - Pan
8 LUNES	Patatas guisadas con magro Salmón a la naranja con patatas dado Leche - Manzana - Pan	9 MARTES	Crema Vichyssoise Ragout de pollo en salsa con quinoa Plátano - Pan Integral	10 MIÉRCOLES	Arroz con tomate Pavo en salsa con zanahoria Leche - Melón - Pan	11 JUEVES	Judías verdes con zanahoria ECO Bacaladillas con patatas dado Pera - Pan	12 VIERNES	Sopa de cocido (fideos SG) Cocido completo Yogur natural - Pan
15 LUNES	FESTIVO  	16 MARTES	Lentejas ECO con patata Jamoncitos de pollo en su jugo con pisto manchego Melocotón almibar - Pan Integral	17 MIÉRCOLES	Ensalada campera Merluza a la andaluza con jardinera de verduras Leche - Plátano - Pan	18 JUEVES	Farfalle SG a la napolitana Rabas de calamar SG con verduras Manzana - Pan	19 VIERNES	Sopa de marisco (fideos SG) Pizza casera SG jamón y queso Yogur natural - Pan
22 LUNES	Brócoli salteado Hamburguesa mixta con patatas dado Leche - Pera - Pan	23 MARTES	Judías blancas con verduras Merluza en salsa con wok de verduras Manzana - Pan Integral	24 MIÉRCOLES	Sopa de picadillo (fideos SG) Ragout de pavo con verduras Leche - Melón - Pan	25 JUEVES	Arroz con tomate Rabas de calamar SG con zanahoria Plátano - Pan	26 VIERNES	Jornada sin Gluten Crema de calabacín ECO Pollo asado con patata panadera Yogur natural
29 LUNES	Judías verdes a la rondeña (con huevo y jamón) Bacalao orly SG con wok de brócoli Leche - Manzana - Pan	30 MARTES	Garbanzos con espinacas Pollo en salsa con patata dado Pera - Pan Integral	31 MIÉRCOLES	Espaguetis SG boloñesa Gallo San Pedro con verduras salteadas Leche ECO - Plátano - Pan	<p>Día 3 ,31 Leche ecológica</p> <p>DÍA 11 Zanahoria ecológica</p> <p>DÍA 16 Lentejas ecológicas</p> <p>DÍA 26 Calabacín ecológico</p>		<p>DÍAS 9,16,23,30 Pan integral</p> <p>DÍA 12,19,24 Fideo integral</p>	



MENÚ SIN FRUTOS SECOS

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

MAYO

1 LUNES	FESTIVO 	2 MARTES	FESTIVO 	3 MIÉRCOLES	Menestra de verduras rehogada con ajo y aceite oliva Bacalao al orly con patata panadera Leche ECO -Piña en almibar -Pan	4 JUEVES	Jornada gastronómica EEUU  Mac and cheese Costillas asadas a la barbacoa con patatas Pera - Pan	5 VIERNES	Judías blancas estofadas Tortilla de calabacín con calabaza Yogur natural - Pan
8 LUNES	Patatas guisadas con magro Salmón a la naranja con patatas dado Leche ⁽⁷⁾ - Manzana - Pan	9 MARTES	Crema Vichyssoise Ragout de pollo en salsa con quinoa Plátano - Pan Integral	10 MIÉRCOLES	Arroz 3 delicias Tortilla calabacín con zanahoria Leche - Melón - Pan	11 JUEVES	Judías verdes con zanahoria ECO Bacaladillas con patata dado Pera - Pan	12 VIERNES	Sopa de cocido (fideos integrales) Cocido completo Yogur natural - Pan
15 LUNES	FESTIVO  	16 MARTES	Lentejas ECO con patata zanahoria y chorizo Jamoncitos de pollo en su jugo con pisto manchego Melocotón almibar - Pan Integral	17 MIÉRCOLES	Ensalada campera Merluza a la andaluza con jardinera de verduras Leche - Plátano - Pan	18 JUEVES	Farfalle a la napolitana Tortilla de chorizo con verduras Manzana - Pan	19 VIERNES	Sopa de marisco (fideos integrales) Pizza jamón y queso Yogur natural - Pan
22 LUNES	Brócoli salteado Hamburguesa mixta con patatas dado Leche - Pera - Pan	23 MARTES	Judías blancas con verduras Merluza en salsa con wok de verduras Manzana - Pan Integral	24 MIÉRCOLES	Sopa de picadillo (fideos integrales) Tortilla de patatas con verduras Leche - Melón - Pan	25 JUEVES	Arroz con tomate Rabas de calamar con zanahoria Plátano - Pan SG	26 VIERNES	Jornada sin Gluten Crema de calabacín ECO Pollo asado con patata panadera Yogur natural
29 LUNES	Judías verdes a la rondeña (con huevo y jamón) Croquetas de bacalao con wok de brócoli Leche - Manzana - Pan	30 MARTES	Garbanzos con espinacas Tortilla de jamon york con patata dado Pera - Pan Integral	31 MIÉRCOLES	Espaguetis boloñesa Gallo San Pedro con verduras salteadas Leche ECO - Plátano - Pan	Día 3 ,31 Leche ecológica DÍA 11 Zanahoria ecológica DÍA 16 Lentejas ecológicas DÍA 26 Calabacín ecológico		DÍAS 9,16,23,30 Pan integral DÍA 12,19,24 Fideo integral	



Valorado nutricionalmente por Emma Cuadrado Bravo, Graduada en Nutrición Humana y Dietética nº colegiada: MAD00223

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez.

Valoración nutricional en base a niños de 6 - 9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: calidadnutricion@gastronomialasmurallas.es



MENÚ SIN LECHE

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

MAYO

1 LUNES	FESTIVO 	2 MARTES	FESTIVO 	3 MIÉRCOLES	Menestra de verduras rehogada con ajo y aceite oliva Bacalao al orly con patata panadera Piña en almibar -Pan	4 JUEVES	Jornada gastronómica EEUU  Macarrones con tomate Costillas asadas a la barbacoa con patatas Pera - Pan	5 VIERNES	Judías blancas estofadas Tortilla de calabacín con calabaza Yogur de soja - Pan		
8 LUNES	Patatas guisadas con magro Salmón a la naranja con patatas dado Manzana - Pan	9 MARTES	Crema Vichyssoise Ragout de pollo en salsa con quinoa Plátano - Pan Integral	10 MIÉRCOLES	Arroz 3 delicias Tortilla calabacín con zanahoria Melón - Pan	11 JUEVES	Judías verdes con zanahoria ECO Bacaladillas con patata dado Pera - Pan	12 VIERNES	Sopa de cocido (fideos integrales) Cocido completo Yogur de soja - Pan		
15 LUNES	FESTIVO  	16 MARTES	Lentejas ECO con patata zanahoria y chorizo Jamoncitos de pollo en su jugo con pisto manchego Melocotón almibar - Pan Integral	17 MIÉRCOLES	Ensalada campera Merluza a la andaluza con jardinera de verduras Plátano - Pan	18 JUEVES	Farfalle a la napolitana Tortilla de chorizo con verduras Manzana - Pan	19 VIERNES	Sopa de marisco (fideos integrales) Pizza jamón Yogur de soja - Pan		
22 LUNES	Brócoli salteado Hamburguesa mixta con patatas dado Pera - Pan	23 MARTES	Judías blancas con verduras Merluza en salsa con wok de verduras Manzana - Pan Integral	24 MIÉRCOLES	Sopa de picadillo (fideos integrales) Tortilla de patatas con verduras Melón - Pan	25 JUEVES	Arroz con tomate Rabas de calamar con zanahoria Plátano - Pan	26 VIERNES	Jornada sin Gluten Crema de calabacín ECO Pollo asado con patata panadera Yogur de soja		
29 LUNES	Judías verdes a la rondeña (con huevo y jamón) Bacalao orly con wok de brócoli Manzana - Pan	30 MARTES	Garbanzos con espinacas Tortilla francesa con patata dado Pera - Pan Integral	31 MIÉRCOLES	Espaguetis boloñesa Gallo San Pedro con verduras salteadas Plátano - Pan	<table border="1"> <tr> <td>DÍA 11 Zanahoria ecológica</td> </tr> <tr> <td>DÍA 16 Lentejas ecológicas</td> </tr> <tr> <td>DÍA 26 Calabacín ecológico</td> </tr> </table>			DÍA 11 Zanahoria ecológica	DÍA 16 Lentejas ecológicas	DÍA 26 Calabacín ecológico
DÍA 11 Zanahoria ecológica											
DÍA 16 Lentejas ecológicas											
DÍA 26 Calabacín ecológico											

DÍAS 9,16,23,30 Pan integral
DÍA 12,19,24 Fideo integral




Valorado nutricionalmente por Emma Cuadrado Bravo, Graduada en Nutrición Humana y Dietética nº colegiada:MAD00223
La fruta podrá variar en función de su grado de madurez.
Valoración nutricional en base a niños de 6 - 9 años.
Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: calidadynutricion@gastronomialasmurallas.es



MENÚ SIN CERDO

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

MAYO

<p>1 LUNES</p> <p>FESTIVO</p> 	<p>2 MARTES</p> <p>FESTIVO</p> 	<p>3 MIÉRCOLES</p> <p>Menestra de verduras rehogada con ajo y aceite oliva Bacalao al orly con patata panadera Piña en almibar -Pan</p>	<p>4 JUEVES</p> <p>Jornada gastronómica EEUU </p> <p>Mac and cheese Pavo al horno con patatas Pera - Pan</p>	<p>5 VIERNES</p> <p>Judías blancas estofadas Tortilla de calabacín con calabaza Yogur- Pan</p>
<p>8 LUNES</p> <p>Patatas guisadas con verduras Salmón a la naranja con patatas dado Leche - Manzana - Pan</p>	<p>9 MARTES</p> <p>Crema Vichyssoise Ragout de pollo en salsa con quinoa Plátano - Pan Integral</p>	<p>10 MIÉRCOLES</p> <p>Arroz con tomate Tortilla calabacín con zanahoria Melón - Pan</p>	<p>11 JUEVES</p> <p>Judías verdes con zanahoria ECO Bacaladillas con patata dado Pera - Pan</p>	<p>12 VIERNES</p> <p>Sopa vegetal (fideos integrales) Garbanzos con pollo Yogur - Pan</p>
<p>15 LUNES</p> <p>FESTIVO</p>  	<p>16 MARTES</p> <p>Lentejas ECO con patata y zanahoria Jamoncitos de pollo en su jugo con pisto manchego Melocotón almibar - Pan Integral</p>	<p>17 MIÉRCOLES</p> <p>Ensalada campera Merluza a la andaluza con jardinera de verduras Plátano - Pan</p>	<p>18 JUEVES</p> <p>Farfalle a la napolitana Tortilla francesa con verduras Manzana - Pan</p>	<p>19 VIERNES</p> <p>Sopa de marisco (fideos integrales) Pizza margarita Yogur - Pan</p>
<p>22 LUNES</p> <p>Brócoli salteado Filete ruso 100% ternera con patatas dado Pera - Pan</p>	<p>23 MARTES</p> <p>Judías blancas con verduras Merluza en salsa con wok de verduras Manzana - Pan Integral</p>	<p>24 MIÉRCOLES</p> <p>Sopa vegetal (fideos integrales) Tortilla de patatas con verduras Melón - Pan</p>	<p>25 JUEVES</p> <p>Arroz con tomate Rabas de calamar con zanahoria Plátano - Pan</p>	<p>26 VIERNES</p> <p>Jornada sin Gluten Crema de calabacín ECO Pollo asado con patata panadera Helado</p>
<p>29 LUNES</p> <p>Judías verdes a la rondeña (con huevo) Croquetas de bacalao con verduras Manzana - Pan</p>	<p>30 MARTES</p> <p>Garbanzos con espinacas Tortilla francesa con patata dado Pera - Pan Integral</p>	<p>31 MIÉRCOLES</p> <p>Espaguetis con tomate Gallo San Pedro con verduras salteadas Plátano - Pan</p>	<p>DÍA 11 Zanahoria ecológica DÍA 16 Lentejas ecológicas DÍA 26 Calabacín ecológico</p>	<p>DÍAS 9,16,23,30 Pan integral DÍA 12,19,24 Fideo integral</p> 



MENÚ SIN CERDO

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

MAYO

1 LUNES	FESTIVO 	2 MARTES	FESTIVO 	3 MIÉRCOLES	Menestra de verduras rehogada con ajo y aceite oliva Bacalao al orly con patata panadera Piña en almibar -Pan	4 JUEVES	Jornada gastronómica EEUU  Mac and cheese Merluza al horno con patatas Pera - Pan	5 VIERNES	Judías blancas estofadas Tortilla de calabacín con calabaza Yogur- Pan
8 LUNES	Patatas guisadas con verduras Salmón a la naranja con patatas dado Leche - Manzana - Pan	9 MARTES	Crema Vichyssoise Quinoa con verduras Plátano - Pan Integral	10 MIÉRCOLES	Arroz con tomate Tortilla calabacín con zanahoria Melón - Pan	11 JUEVES	Judías verdes con zanahoria ECO Bacaladillas con patata dado Pera - Pan	12 VIERNES	Sopa vegetal (fideos integrales) Garbanzos , patata, zanahoria Yogur - Pan
15 LUNES	FESTIVO  	16 MARTES	Lentejas ECO con patata y zanahoria Tortilla francesa con pisto manchego Melocotón almibar - Pan Integral	17 MIÉRCOLES	Ensalada campera Merluza a la andaluza con jardinera de verduras Plátano - Pan	18 JUEVES	Farfalle a la napolitana Tortilla francesa con verduras Manzana - Pan	19 VIERNES	Sopa de marisco (fideos integrales) Pizza margarita Yogur - Pan
22 LUNES	Brócoli salteado Tortilla francesa con patatas dado Pera - Pan	23 MARTES	Judías blancas con verduras Merluza en salsa con wok de verduras Manzana - Pan Integral	24 MIÉRCOLES	Sopa vegetal (fideos integrales) Tortilla de patatas con verduras Melón - Pan	25 JUEVES	Arroz con tomate Rabas de calamar con zanahoria Plátano - Pan	26 VIERNES	Jornada sin Gluten Crema de calabacín ECO Bacalao al horno con patata panadera Helado
29 LUNES	Judías verdes a la rondeña (con huevo) Croquetas de bacalao con verduras Manzana - Pan	30 MARTES	Garbanzos con espinacas Tortilla francesa con patata dado Pera - Pan Integral	31 MIÉRCOLES	Espaguetis con tomate Gallo San Pedro con verduras salteadas Plátano - Pan	DÍA 11 Zanahoria ecológica DÍA 16 Lentejas ecológicas DÍA 26 Calabacín ecológico		DÍAS 9,16,23,30 Pan integral DÍA 12,19,24 Fideo integral	



MENÚ SIN PESCADO

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

MAYO

1 LUNES	FESTIVO 	2 MARTES	FESTIVO 	3 MIÉRCOLES	Menestra de verduras rehogada con ajo y aceite oliva Pollo en salsa con patata panadera Piña en almibar -Pan	4 JUEVES	Jornada gastronomica EEUU  Mac and cheese Costillas asadas a la barbacoa con patatas Pera - Pan	5 VIERNES	Judías blancas estofadas Tortilla de calabacín con calabaza Yogur - Pan					
8 LUNES	Patatas guisadas con magro Tortilla francesa con patatas dado Manzana - Pan	9 MARTES	Crema Vichyssoise Ragout de pollo en salsa con quinoa Plátano - Pan Integral	10 MIÉRCOLES	Arroz 3 delicias Tortilla calabacín con zanahoria Melón - Pan	11 JUEVES	Judías verdes con zanahoria ECO Ragout de pavo al ajillo con patata dado Pera - Pan	12 VIERNES	Sopa de cocido (fideos integrales) Cocido completo Yogur - Pan					
15 LUNES	FESTIVO  	16 MARTES	Lentejas ECO con patata zanahoria y chorizo Jamoncitos de pollo en su jugo con pisto manchego Melocotón almibar - Pan Integral	17 MIÉRCOLES	Ensalada campera (SIN ATÚN) Fingers de pollo con jardinera de verduras Plátano - Pan	18 JUEVES	Farfalle a la napolitana Tortilla de chorizo con verduras Manzana - Pan	19 VIERNES	Sopa VEGETAL (fideos integrales) Pizza jamón y queso Yogur - Pan					
22 LUNES	Brócoli salteado Hamburguesa mixta con patatas dado Pera - Pan	23 MARTES	Judías blancas con verduras Magro en salsa con wok de verduras Manzana - Pan Integral	24 MIÉRCOLES	Sopa de picadillo (fideos integrales) Tortilla de patatas con verduras Melón - Pan	25 JUEVES	Arroz con tomate Tortilla francesa con zanahoria Plátano - Pan	26 VIERNES	Jornada sin Gluten Crema de calabacín ECO Pollo asado con patata panadera Helado					
29 LUNES	Judías verdes a la rondeña (con huevo y jamón) Croquetas de jamón con verduras Manzana - Pan	30 MARTES	Garbanzos con espinacas Tortilla de jamon york con patata dado Pera - Pan Integral	31 MIÉRCOLES	Espaguetis boloñesa Pollo al horno con verduras salteadas Plátano - Pan	<table border="1"> <tr><td>DÍA 11 Zanahoria ecológica</td></tr> <tr><td>DÍA 16 Lentejas ecológicas</td></tr> <tr><td>DÍA 26 Calabacín ecológico</td></tr> </table>		DÍA 11 Zanahoria ecológica	DÍA 16 Lentejas ecológicas	DÍA 26 Calabacín ecológico	<table border="1"> <tr><td>DÍAS 9,16,23,30 Pan integral</td></tr> <tr><td>DÍA 12,19,24 Fideo integral</td></tr> </table>		DÍAS 9,16,23,30 Pan integral	DÍA 12,19,24 Fideo integral
DÍA 11 Zanahoria ecológica														
DÍA 16 Lentejas ecológicas														
DÍA 26 Calabacín ecológico														
DÍAS 9,16,23,30 Pan integral														
DÍA 12,19,24 Fideo integral														



MENÚ SIN PESCADO

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

MAYO

1 LUNES	FESTIVO 	2 MARTES	FESTIVO 	3 MIÉRCOLES	Menestra de verduras rehogada con ajo y aceite oliva Pollo en salsa con patata panadera Piña en almibar -Pan	4 JUEVES	Jornada gastronomica EEUU  Mac and cheese Costillas asadas a la barbacoa con patatas Pera - Pan	5 VIERNES	Judías blancas estofadas Tortilla de calabacín con calabaza Yogur - Pan					
8 LUNES	Patatas guisadas con magro Salmón a la naranja con patatas dado Manzana - Pan	9 MARTES	Crema Vichyssoise Ragout de pollo en salsa con quinoa Plátano - Pan Integral	10 MIÉRCOLES	Arroz 3 delicias Tortilla calabacín con zanahoria Melón - Pan	11 JUEVES	Judías verdes con zanahoria ECO Ragout de pavo al ajillo con patata dado Pera - Pan	12 VIERNES	Sopa de cocido (fideos integrales) Cocido completo Yogur - Pan					
15 LUNES	FESTIVO  	16 MARTES	Lentejas ECO con patata zanahoria y chorizo Jamoncitos de pollo en su jugo con pisto manchego Melocotón almibar - Pan Integral	17 MIÉRCOLES	Ensalada campera Fingers de pollo con jardinera de verduras Plátano - Pan	18 JUEVES	Farfalle a la napolitana Tortilla de chorizo con verduras Manzana - Pan	19 VIERNES	Sopa VEGETAL (fideos integrales) Pizza jamón y queso Yogur - Pan					
22 LUNES	Brócoli salteado Hamburguesa mixta con patatas dado Pera - Pan	23 MARTES	Judías blancas con verduras Magro en salsa con wok de verduras Manzana - Pan Integral	24 MIÉRCOLES	Sopa de picadillo (fideos integrales) Tortilla de patatas con verduras Melón - Pan	25 JUEVES	Arroz con tomate Tortilla francesa con zanahoria Plátano - Pan	26 VIERNES	Jornada sin Gluten Crema de calabacín ECO Pollo asado con patata panadera Helado					
29 LUNES	Judías verdes a la rondeña (con huevo y jamón) Croquetas de jamón con verduras Manzana - Pan	30 MARTES	Garbanzos con espinacas Tortilla de jamon york con patata dado Pera - Pan Integral	31 MIÉRCOLES	Espaguetis boloñesa Pollo al horno con verduras salteadas Plátano - Pan	<table border="1"> <tr><td>DÍA 11 Zanahoria ecológica</td></tr> <tr><td>DÍA 16 Lentejas ecológicas</td></tr> <tr><td>DÍA 26 Calabacín ecológico</td></tr> </table>		DÍA 11 Zanahoria ecológica	DÍA 16 Lentejas ecológicas	DÍA 26 Calabacín ecológico	<table border="1"> <tr><td>DÍAS 9,16,23,30 Pan integral</td></tr> <tr><td>DÍA 12,19,24 Fideo integral</td></tr> </table>		DÍAS 9,16,23,30 Pan integral	DÍA 12,19,24 Fideo integral
DÍA 11 Zanahoria ecológica														
DÍA 16 Lentejas ecológicas														
DÍA 26 Calabacín ecológico														
DÍAS 9,16,23,30 Pan integral														
DÍA 12,19,24 Fideo integral														



MENÚ SIN LEGUMBRE

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

MAYO



<p>1 LUNES</p> <p>FESTIVO</p> 	<p>2 MARTES</p> <p>FESTIVO</p> 	<p>3 MIÉRCOLES</p> <p>Coliflor rehogada con ajo y aceite oliva Bacalao al orly SG con patata panadera</p> <p>Piña en almibar -Pan</p>	<p>4 JUEVES</p> <p>Jornada gastronomica EEUU </p> <p>Mac and cheese Costillas asadas a la barbacoa con patatas</p> <p>Pera - Pan</p>	<p>5 VIERNES</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Tortilla de calabacín con calabaza</p> <p>Yogur - Pan</p>
<p>8 LUNES</p> <p>Patatas guisadas con magro</p> <p>Salmón a la naranja con patatas dado</p> <p>Manzana - Pan</p>	<p>9 MARTES</p> <p>Crema Vichyssoise</p> <p>Ragout de pollo en salsa con quinoa</p> <p>Plátano - Pan Integral</p>	<p>10 MIÉRCOLES</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Tortilla calabacín con zanahoria</p> <p>Melón - Pan</p>	<p>11 JUEVES</p> <p>Acelgas con zanahoria ECO</p> <p>Bacaladillas con patata dado</p> <p>Pera - Pan</p>	<p>12 VIERNES</p> <p>Sopa de cocido (fideos integrales)</p> <p>Pollo, zanahoria y patata</p> <p>Yogur - Pan</p>
<p>15 LUNES</p> <p>FESTIVO</p>  	<p>16 MARTES</p> <p>Crema de verduras de la huerta</p> <p>Jamoncitos de pollo en su jugo con pisto manchego</p> <p>Melocotón almibar - Pan Integral</p>	<p>17 MIÉRCOLES</p> <p>Ensalada campera</p> <p>Merluza a la andaluza con jardinera de verduras</p> <p>Plátano - Pan</p>	<p>18 JUEVES</p> <p>Farfalle a la napolitana</p> <p>Tortilla de chorizo con verduras</p> <p>Manzana - Pan</p>	<p>19 VIERNES</p> <p>Sopa de marisco (fideos integrales)</p> <p>Pizza casera SG jamón y queso</p> <p>Yogur - Pan</p>
<p>22 LUNES</p> <p>Brócoli salteado</p> <p>Filete ruso 100% ternera con tomate casero y patata</p> <p>Pera - Pan</p>	<p>23 MARTES</p> <p>Patatas con verduras</p> <p>Merluza en salsa con wok de verduras</p> <p>Manzana - Pan Integral</p>	<p>24 MIÉRCOLES</p> <p>Sopa de picadillo (fideos integrales)</p> <p>Tortilla de patatas con verduras</p> <p>Melón - Pan</p>	<p>25 JUEVES</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Rabas de calamar con zanahoria</p> <p>Plátano - Pan</p>	<p>26 VIERNES</p> <p>Jornada sin Gluten</p> <p>Crema de calabacín ECO</p> <p>Pollo asado con patata panadera</p> <p>Helado</p>
<p>29 LUNES</p> <p>Alcachofas con huevo y jamón</p> <p>Croquetas de bacalao con verduras</p> <p>Manzana - Pan</p>	<p>30 MARTES</p> <p>Espinacas con jamón</p> <p>Tortilla francesa con patata dado</p> <p>Pera - Pan Integral</p>	<p>31 MIÉRCOLES</p> <p>Espaguetis con tomate</p> <p>Gallo San Pedro con verduras salteadas</p> <p>Plátano - Pan</p>	<p>DÍA 11 Zanahoria ecológica</p> <p>DÍA 16 Lentejas ecológicas</p> <p>DÍA 26 Calabacín ecológico</p>	<p>DÍAS 9,16,23,30 Pan integral</p> <p>DÍA 12,19,24 Fideo integral</p> 



MENÚ HIPOCALÓRICO

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

MAYO

1 LUNES	FESTIVO 	2 MARTES	FESTIVO 	3 MIÉRCOLES	Menestra de verduras rehogada con ajo y aceite oliva Bacalao al horno con patata panadera Piña en almibar -Pan	4 JUEVES	Jornada gastronómica EEUU  Macarrones al orégano Costillas asadas con verduras Pera - Pan	5 VIERNES	Judías blancas estofadas Tortilla francesa con calabaza Yogur - Pan					
8 LUNES	Patatas guisadas con magro Salmón a la naranja con verduras Manzana - Pan	9 MARTES	Crema Vichyssoise Ragout de pollo en salsa con quinoa Plátano - Pan Integral	10 MIÉRCOLES	Arroz 3 delicias Tortilla francesa con zanahoria Melón - Pan	11 JUEVES	Judías verdes con zanahoria ECO Bacaladillas al horno con verduras Pera - Pan	12 VIERNES	Sopa vegetal (fideos integrales) Garbanzos con pollo Yogur - Pan					
15 LUNES	FESTIVO  	16 MARTES	Lentejas ECO con patata zanahoria Jamoncitos de pollo en su jugo con pisto manchego Melocotón almibar - Pan Integral	17 MIÉRCOLES	Ensalada campera Merluza al horno con jardinera de verduras Plátano - Pan	18 JUEVES	Farfalle a la napolitana Tortilla francesa con verduras Manzana - Pan	19 VIERNES	Sopa de marisco (fideos integrales) Pizza jamón y queso Yogur - Pan					
22 LUNES	Brócoli salteado Fileter ruso 100% ternera con verduras Pera - Pan	23 MARTES	Judías blancas con verduras Merluza al horno con wok de verduras Manzana - Pan Integral	24 MIÉRCOLES	Sopa de picadillo (fideos integrales) Tortilla francesa con verduras Melón - Pan	25 JUEVES	Arroz con tomate Calamares plancha al ajillo con zanahoria Plátano - Pan	26 VIERNES	Jornada sin Gluten Crema de calabacín ECO Pollo asado con verduras Yogur					
29 LUNES	Judías verdes a la rondeña (con huevo) Bacalao al horno con verduras Manzana - Pan	30 MARTES	Garbanzos con espinacas Tortilla de jamon york con verduras Pera - Pan Integral	31 MIÉRCOLES	Espaguetis con tomate Gallo San Pedro con verduras salteadas Plátano - Pan	<table border="1"> <tr> <td>DÍA 11 Zanahoria ecológica</td> </tr> <tr> <td>DÍA 16 Lentejas ecológicas</td> </tr> <tr> <td>DÍA 26 Calabacín ecológico</td> </tr> </table>		DÍA 11 Zanahoria ecológica	DÍA 16 Lentejas ecológicas	DÍA 26 Calabacín ecológico	<table border="1"> <tr> <td>DÍAS 9,16,23,30 Pan integral</td> </tr> <tr> <td>DÍA 12,19,24 Fideo integral</td> </tr> </table>		DÍAS 9,16,23,30 Pan integral	DÍA 12,19,24 Fideo integral
DÍA 11 Zanahoria ecológica														
DÍA 16 Lentejas ecológicas														
DÍA 26 Calabacín ecológico														
DÍAS 9,16,23,30 Pan integral														
DÍA 12,19,24 Fideo integral														

