

# El menú de tu hijo@

Menús elaborados por el Dpto. de Dietética y Nutrición de A.R.C.E

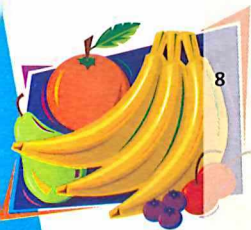
C.E.I.P. VICENTE ALEIXANDRE

ABRIL 18



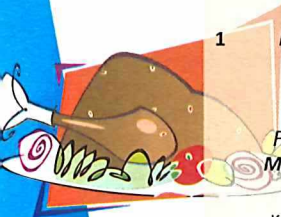
LUNES 02

VACACIONES  
DE  
SEMANA SANTA



LUNES 09

Lentejas caseras  
con chorizo  
Huevos villaroy  
con lechuga y zanahoria  
Fruta, leche, pan y agua  
Stewed lentils with sausage  
Eggs villaroy with lettuce and  
Kcal 657 Pt 25,8 Lip 18,8 HC 90,3



LUNES 16

Macarrones ecológicos  
con salsa de tomate  
Bacalao rebozado  
con lechuga y tomate  
Fruta, leche, pan y agua  
Macaroni with tomato sauce  
Breaded cod  
Kcal 839 Pt 32,9 Lip 33,1 HC 99,5



LUNES 23

Espaguetis ecológicos  
con salsa Aurora  
Lomo de cerdo a la  
plancha con lechuga y zanahoria  
Fruta, leche, pan y agua  
Macaroni with sauce of tomato sauce  
Pork tenderloin spanish with lettuce  
Kcal 649 Pt 28,1 Lip 17,2 HC 91,8

LUNES 30

FIESTA

MARTES 03

Arroz con salsa  
de tomate  
Rodaja de merluza  
con lechuga y maiz  
Fruta, pan y agua  
Rice with tomato sauce  
Hake fillet with salad  
Kcal 658Pt 30,5Lip 18,3 HC 90,2

MARTES 10

Fideua de pollo  
Palometa en salsa napolitana  
con zanahoria baby  
Fruta, pan y agua  
Chicken fideua  
Tuna in Neapolitan Sauce with  
Kcal 632 Pt 33,6 Lip 24,9 HC 64,4

MARTES 17

Crema de calabacín  
Ragout de ternera  
con patata dado  
Fruta, pan y agua  
Zucchini cream  
Veal Ragout with potatoes  
Kcal 708 Pt 32,3 Lip 34,6 HC 63,7

MARTES 24

Paella valenciana  
Limanda a la andaluza  
lechuga y tomate  
Fruta, pan y agua  
Valencian Paella  
Floured limanda  
Kcal 733 Pt 31,5 Lip 23,7 HC 94,6

MIÉRCOLES 04

Alubias pintas  
guisadas con verdura  
Tortilla francesa  
con lechuga y maiz  
Fruta, leche pan y agua  
Pinto beans cooked with vegetable  
French omelette with lettuce  
Kcal 696 Pt 32,6Lip 26,3 HC 73,1

MIÉRCOLES 11

Arroz a banda  
Escalopines de ternera en  
salsa de zanahorias con calabaci  
Fruta, leche pan y agua  
Rice abanda  
Veal scallops in carrot sauce  
Kcal 790Pt 29,2 Lip 33,6HC 89,7

MIÉRCOLES 18

Alubias pintas guisadas  
con zanahoria, puerro etc..  
Tortilla de patatas  
con ensalada de tomate  
Fruta, leche pan y agua  
Pinto beans stewed with carrot  
Spanish omelette  
Kcal 628Pt 30,5 Lip 20,6 HC 71,5

MIÉRCOLES 25

Lentejas estofadas  
con verduras  
Tortilla de calabacín y patata  
lechuga y maiz  
Fruta, leche pan y agua  
Stewed lentils with vegetables  
Potato omelette with salad  
Kcal 684 Pt 30,3 Lip 23,9 HC 80,9

JUEVES 05

Espaguetis ecológicos  
con salsa carbonara  
Filete de rape a la romana  
lechuga y tomate  
Fruta, pan y agua  
Spaguetis with bacon and cream  
Breaded monkfish  
Kcal 678Pt 35,3 Lip 15,5 HC 91,8

JUEVES 12

Sopa de cocido  
con fideos  
Garbanzos con morcillo  
chorizo, zanahoria  
Fruta, pan y agua  
Vegetables cream  
Turkey ragout with french fries  
Kcal 631 Pt 40,5 Lip 22 HC 65,2

JUEVES 19

Arroz salteado con  
verduras y salchichas  
Filete de merluza a la  
romana con lechuga y remolacha  
Fruta, pan y agua  
Sautéed rice c/ bacon and mushroom  
Hake fillet roman with salad  
Kcal 672 Pt 29,7 Lip 21,8 HC 86,9

JUEVES 26

Crema de  
zanahorias  
Escalope de pollo  
empanado con patatas  
Fruta, pan y agua  
Carrots cream  
Breaded chicken escalope with  
Kcal 709 Pt 38,5 Lip 29 HC 68,8

VIERNES 06

Crema de calabaza  
Jamoncitos de pollo al  
curry con patatas fritas  
Yogur, pan y agua  
Cream of pumpkin  
Drumsticks chicken with potatoes  
Kcal 730Pt 35,8 Lip 31,9HC 71,1

VIERNES 13

Crema de verduras y  
hortalizas naturales  
Pollo en salsa  
con patatas fritas  
Yogur, pan y agua  
Cooked soup with noodles  
Chickpeas madrileña style  
Kcal 720 Pt 33,3 Lip 16,3 HC 104

VIERNES 20

Sopa de letras  
Pollo asado en su jugo  
con zanahoria salteada  
Yogur, pan y agua  
Letter soup  
Roasted chicken in its juice  
Kcal 704 Pt 42,7 Lip 25 HC 74,4

VIERNES 27

Sopa de cocido  
con fideos  
Garbanzos con morcillo  
chorizo, zanahoria  
Yogur, pan y agua  
Cooked soup with noodles  
Chickpeas madrileña style  
Kcal 699 Pt 32 Lip 18,1 HC 96,1

