

LUNES 01/04
Arroz con verduras y salsa de soja
Rice with vegetables and soya sauce
Tortilla de queso y ensalada de tomate
Cheese omelette and tomato salad
Yogur y Pan/ *Yoghurt and bread*

DÍA DEL LIBRO INFANTIL 02/04

Sopa de letras
Letters soup
Librillos de lomo y queso
Pork tenderloin with cheese
Gelatina y pan
Jelly and bread

MIÉRCOLES 03/04
Judías blancas estofadas
Stewed white beans with vegetables
Merluza al pimentón y ensalada
Baked hake fillet with peppers and salad
Plátano, leche y pan
Banana, milk and bread

DÍA DE RUSIA 04/04
Salat Olivier (Ensalada de pasta)
Pasta salad with vegetables
Strogonoff de pollo con verduras
Stewed chicken meat with vegetables
Manzana asada y pan
Baked apple and bread

VIERNES 05/04
Sopa de cocido/ *Soup*
Cocido completo
Madrid style stew
Naranja y pan
Orange and bread

LUNES 08/04
Lentejas a la casera
Stewed lentils with vegetables and chorizo
Merluza caramelizada con verduritas
Caramelized hake fillet with vegetables
Yogur y Pan/ *Yoghurt and bread*

MARTES 09/04
Patatas guisadas con bacalao
Stewed potatoes with cod
Tortilla de calabacín y ensalada
Zucchini omelette with salad
Manzana y pan
Apple and bread

MIÉRCOLES 10/04
Potaje de garbanzos con espinacas
Stewed peas with spinachs
Caella adobada a la andaluza y ensalada de tomate
Marinated dogfish with tomato salad
Plátano, leche y pan
Banana, milk and bread

JUEVES 11/04
Puré de calabaza
Pumpkin purée
Ragout a la jardinera con patatas
Stewed veal meat with potatoes
Mandarina y pan
Tangerine and bread

VIERNES 12/04

DÍA NO LECTIVO

LUNES 22/03
DÍA NO LECTIVO

MARTES 23/04
Macarrones con salsa de tomate
Pasta with tomato sauce
Tortilla de york con ensalada
York omelette with salad
Melocotón en almibar y pan
Peach and bread

MIÉRCOLES 24/04
Lentejas a la riojana
Stewed lentils with chorizo
Fogonero en salsa verde
Stoker fillet in green sauce
Pera, leche y pan
Pear, milk and bread

JUEVES 25/04
Crema de zanahoria
Carrot purée
Pollo al horno con patatas asadas
Baked chicken with baked potatoes
Manzana y pan
Apple and bread

DÍA DE GALICIA 26/04
Pote gallego
Stewed white beans with vegetables
Lacón a la gallega
Shoulder ham with pepper and potatoes
Natillas caseras
Home custard

LUNES 29/04
Judías verdes rehogadas con zanahoria
Sautéed green beans with carrots
Huevos al plato
Eggs with tomato sauce and chickpeas
Yogur y Pan/ *Yoghurt and bread*

MARTES 30/04
Sopa de cocido/ *Soup*
Cocido completo
Madrid style stew
Pera y pan
Pear and bread



*** La información sobre alérgenos en los menús está a su disposición.
*** Bebida diaria: agua./ Valoración nutricional realizada para niños entre 6-9 años

COMIDAS	01/04	02/04	03/04	04/04	05/04	08/04	09/04	10/04	11/04	23/04	24/04	25/04	26/04	29/04	30/04
Energía (kcal)	704	686	572	659	679	602	598	626	792	619	714	525	676	579	537
Proteínas (g)	25	37	25	38	33	43	24	33	41	28	44	24	40	15	30
Grasas (g)	27	26	23	16	24	32	29	28	39	26	28	27	40	31	16
Glúcidos (g)	96	83	85	96	68	75	65	71	78	76	86	57	82	40	66

RECOMENDACIONES DE CENA:

LUNES 01/04: Pescado con ensalada, fruta y leche.

MARTES 02/04: Ensalada mixta, bonito con tomate, fruta y leche.

MIÉRCOLES 03/04: Acelgas rehogadas, gallo plancha con patata cocida, fruta y leche.

JUEVES 04/04: Ternera asada con patatas y verduras, fruta y leche.

VIERNES 05/04: Sopa de estrellas, bacalao rebozado, fruta y leche.

LUNES 08/04: Crema de zanahoria, pollo a la plancha, fruta y leche.

MARTES 09/04: Champiñón rehogado, mero al horno, fruta y leche.

MIÉRCOLES 10/04: Brócoli al ajo, sepia a la plancha, fruta y leche.

JUEVES 11/04: Pescado al horno con ensalada, fruta y leche.

MARTES 23/04: Menestra de verdura, muslitos de pollo, fruta y leche.

MIÉRCOLES 24/04: Pescado al horno con ensalada, fruta y leche.

JUEVES 25/04: Sopa de ave, boquerones plancha, fruta y leche.

VIERNES 26/04: Crepes de jamón y queso, ensalada, fruta y leche.

LUNES 29/04: Berenjenas con carne gratinada, patatas al horno, fruta y leche.

MARTES 30/04: Puré de verdura, croquetas de pescado, fruta y leche.

Menú Mensual



Alhoma Colectividades
Grupo Alimentación y Hostelería



ALHOMA, S.A.
Calle Mota del Cuervo, 21
28043 Madrid
Telf.: 91 302 48 24 • Fax: 91 383 99 48
Email: info@alhoma.com
www.alhoma.com

