

**COLEGIO MADRIGAL**

**MAYO 2019**



**LUNES 06/05**  
 Macarrones a la carbonara  
*Pasta with cream sauce*  
 Tortilla de atún y ensalada mixta  
*Tuna omelette with salad*  
 Melocotón y Pan/ Peach and bread



**MARTES 07/05**  
 Lentejas a la riojana  
*Stewed lentils with vegetables and chorizo*  
 Caella al ajillo con lechuga y maíz  
*Dogfish with garlic and salad*  
 Fruta y pan/ Fruit and bread



**MIÉRCOLES 08/05**  
 Puré de verduras  
*Vegetables purée*  
 Pollo asado con patatas al horno  
*Baked chicken with baked potates*  
 Fruta, leche y pan  
*Fruit, milk and bread*



**JUEVES 09/05**  
 Paella valenciana  
*Valencian rice*  
 Abadejo al horno con fritada de pimientos  
*Baked codfish with peppers*  
 Fruta y pan/ Fruit and bread



**VIERNES 10/05**  
 Judías blancas estofadas  
*Stewed white beans with vegetables*  
 Salchichas frescas con ensalada de lechuga y zanahoria  
*Sausages with letuce and carrot salad*  
 Fruta y pan/ Fruit and bread



**LUNES 13/05**  
 Lentejas guisadas con verduras  
*Stewed lentils with vegetables*  
 Tortilla española con tomate  
*Potatoes omelette with tomato sauce*  
 Yogur y Pan/ Yoghurt and bread



**MARTES 14/05**  
 Arroz caldoso con verduras  
*Rice with vegetables*  
 Ternera estofada con patatas fritas  
*Stewed veal meat with fried potatoes*  
 Fruta y pan/ Fruit and bread



**DÍA DE LA C. MADRID 15/05**  
 Sopa de cocido  
*Soup*  
 Cocido madrileño  
*Madrid style stew*  
 Fruta, leche y pan  
*Fruit, milk and bread*



**JUEVES 16/05**  
 Espaguetis boloñesa  
*Pasta with meat and tomato sauce*  
 Merluza a la marinera  
*Hake fillet in seafood sauce*  
 Fruta y pan/ Fruit and bread



**VIERNES 17/05**  
 Crema de zanahoria  
*Carrot purée*  
 Canelones gratinados de atún  
*Tuna canellonni*  
 Fruta y pan/ Fruit and bread



**LUNES 20/05**  
 Lentejas a la casera  
*Stewed lentils with vegetables*  
 Tortilla de espinacas con ensalada  
*Spinachs omelette with salad*  
 Yogur y Pan/ Yoghurt and bread



**MARTES 21/05**  
 Judías verdes con jamón  
*Sautéed green beans with ham*  
 Albóndigas en salsa con patatas dado  
*Meatballs in sauce with potatoes*  
 Fruta y pan/ Fruit and bread



**MIÉRCOLES 22/05**  
 Arroz blanco con tomate  
*Rice with tomato sauce*  
 Merluza en salsa con verduras  
*Hake fillet in sauce with vegetables*  
 Fruta, leche y pan  
*Fruit, milk and bread*



**JUEVES 23/05**  
 Garbanzos guisados con zanahoria  
*Stewed chickpeas with carrot*  
 Filete de pollo plancha con ensalada  
*Grilled chicken fillet with salad*  
 Fruta y pan/ Fruit and bread



**VIERNES 24/05**  
 Patatas guisadas con magro  
*Stewed potatoes with pork meat*  
 Bacalao al horno con pimentón y ensalada de tomate  
*Baked cod fillet with pepper and salad*  
 Fruta y pan/ Fruit and bread



**DÍA SIN GLUTEN EN EL COLE 27/05**  
 Puré de verduras frescas  
*Vegetables purée*  
 Huevos rellenos con bonito y tomate  
*Filled eggs with tuna and tomato*  
 Yogur y Pan sin gluten/ Yoghurt and gluten free bread



**MARTES 28/05**  
 Judías pintas con arroz  
*Stewed red beans with rice*  
 Merluza en salsa verde con guisantes  
*Hake fillet in green sauce with peas*  
 Fruta y pan/ Fruit and bread



**MIÉRCOLES 29/05**  
 Fideúa alicantina  
*Fideua*  
 Cinta de lomo plancha con ensalada  
*Grilled pork tenderloin with salad*  
 Fruta, leche y pan  
*Fruit, milk and bread*



**JUEVES 30/05**  
 Sopa de cocido  
*Soup*  
 Cocido completo  
*Madrid style stew*  
 Fruta y pan/ Fruit and bread



**DÍA DE TAILANDIA 31/05**  
 Tallarines con gambas y salsa de soja  
*Pasta with prawns and soya sauce*  
 Pollo Thai con curry  
*Stewed chicken meat with curry*  
 Arroz con leche casero  
*Rice with milk*



\*\*\* La información sobre alérgenos en los menús está a su disposición.

\*\*\* Bebida diaria: agua./ Valoración nutricional realizada para niños entre 6-9 años

COMIDAS	06/05	07/05	08/05	09/05	10/05	13/05	14/05	15/05	16/05	17/05	20/05	21/05	22/05	23/05	24/05	27/05	28/05	29/05	30/05	31/05
Energía (kcal)	631.3	711.3	800.6	792.6	564.7	592.8	703.6	701	817.7	680.5	680.4	721.5	667	731.7	621.1	675.4	696.1	844.7	701	677.7
Proteínas (g)	33.7	37.5	35.7	42.5	27.4	22.7	32.9	32.7	44.6	30.1	33.2	24.7	31.8	41.0	35.5	16.9	32.5	43.6	32.7	40.8
Grasas (g)	19.0	30.4	51.9	23.7	27.2	31.3	27.6	27.6	30.2	19.7	30.4	41.2	13.5	32.5	26.6	42.9	33.4	34.4	27.6	36.1
Glúcidos (g)	68.1	56.8	33.9	86.6	38.1	40.6	68	67.6	78.9	82.6	53.3	48.6	82.8	53.7	44.8	42.9	51.4	75	67.6	35.5



**DE CENA:**

**LUNES 06/05:** Calabacines rellenos de carne, con patatas fruta y leche.

**MARTES 07/05:** Escalope de ternera plancha, acelgas rehogadas, fruta y yogur

**MIÉRCOLES 08/05:** Sopa de fideos, mero al horno con patatas, fruta y leche.

**JUEVES 09/05:** Puerros gratinados, salmón plancha, fruta y leche.

**VIERNES 10/05:** Brócoli con salsa queso, merluza plancha, fruta y leche.

**LUNES 13/05:** Calamares con ensalada, fruta y leche.

**MARTES 14/05:** Berenjenas rellenas de carne, ensalada de pimientos, fruta y cuajada.

**JUEVES 16/05:** Repollo al ajo, sepia plancha, fruta y leche.

**VIERNES 17/05:** Atún con tomate y arroz blanco, fruta y flan.

**LUNES 20/05:** Ternera asada con patatas y verduras, fruta y leche.

**MARTES 21/05:** Crema de calabacín, boquerones fritos, fruta y leche.

**MIÉRCOLES 22/05:** Pavo al horno con ensalada, fruta y leche.

**JUEVES 23/05:** Champiñón al ajillo, gallo plancha, fruta y natillas

**VIERNES 24/05:** Ensalada templada, pizza al gusto, fruta y leche.

**LUNES 27/05:** Verduras asadas, chuleta de pavo plancha, fruta y cuajada

**MARTES 28/05:** Empanadilla y croquetas, ensalada de atún, fruta y leche.

**MIÉRCOLES 29/05:** Espinacas a la crema, pescadilla al horno, fruta y yogur

**JUEVES 30/05:** Revuelto de setas, Mero en salsa verde, fruta y leche

**VIERNES 31/05:** Sopa juliana, chuleta Sajonia plancha, fruta y flan

# 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](mailto:info@alhoma.com)  
[www.alhoma.com](http://www.alhoma.com)

