

COLEGIO MADRIGAL – MENÚ BASE

MAYO 2018



LUNES 07/05
 Arroz tres delicias
Three jewel-rice
 Cinta de lomo con patatas dado
Pork tenderloin with fried potatoes
 Yogur/ Yoghurt
 Pan/ Bread

MARTES 08/05
 Patatas a la riojana
Stewed potatoes with chorizo
 Caella en adobo con ensalada de tomate y maíz
Dogfish fillet with salad
 Fruta del tiempo/Fruit
 Pan/ Bread

MIÉRCOLES 09/05
 Sopa de cocido/ Soup
 Cocido completo/ Madrid style stew
 Fruta del tiempo/ Leche (Fruit/Milk)
 Pan/ Bread

JUEVES 03/05
 Lentejas a la casera
Stewed lentils with vegetables
 Tortilla española en salsa de tomate
Potatoes omelette in tomato sauce
 Gelatina/ Jelly
 Pan/ Bread

VIERNES 04/05
 Puré de verduras
Vegetables purée
 Filete de pavo con champiñón
Turkey fillet with mushrooms
 Macedonia de frutas/ Fruit
 Pan/ Bread

JUEVES 10/05
 Farfalles a la nata
Pasta in cream sauce
 Delicias de pollo con lechuga y zanahoria rallada
Chicken nuggets with salad
 Fruta del tiempo/Fruit
 Pan/ Bread

VIERNES 11/05
 Judías verdes con york
Sautéed green beans with ham
 Albóndigas a la casera con patatas
Meatballs in sauce with fried potatoes
 Macedonia de frutas/ Fruit
 Pan/ Bread

LUNES 14/05
 Espirales vegetales
Pasta with vegetables
 Loción al caramelo
Roasted pork in caramel sauce
 Natillas/ Custard
 Pan/ Bread

MARTES 15/05
DÍA DE MADRID
 Sopa de cocido/ Soup
 Cocido madrileño/ Madrid style stew
 Bartolillos madrileños
Typical dessert from Madrid
 Pan/ Bread

MIÉRCOLES 16/05
 Paella mixta/ Rice with meat and fish
 Tortilla de espinacas y ensalada de tomate y maíz
Spinachs omelette with salad
 Fruta del tiempo/ Leche (Fruit/Milk)
 Pan/ Bread

JUEVES 17/05
 Crema de calabaza con costrones
Pumpkin purée with toasted bread
 Magro con tomate con patatas
Pork meat in tomato sauce with chips
 Fruta del tiempo/Fruit
 Pan/ Bread

VIERNES 18/05
 Lentejas a la burgalesa
Stewed lentils with chorizo
 Filete de gallo plancha con menestra
Rooster fillet with vegetables
 Macedonia de frutas/ Fruit
 Pan/ Bread

LUNES 21/05
 Macarrones española
Pasta with chorizo and tomato sauce
 Hamburguesa de pollo con pisto
Chicken hamburger with pisto
 Yogur/ Yoghurt
 Pan/ Bread

MARTES 22/05
 Patatas a la marinera
Stewed potatoes in seafood sauce
 Chuleta de Sajonia con ensalada variada
Kasler with salad
 Fruta del tiempo/Fruit
 Pan/ Bread

MIÉRCOLES 23/05
 Sopa de cocido/ Soup
 Cocido completo/ Madrid style stew
 Fruta del tiempo/ Leche (Fruit/Milk)
 Pan/ Bread

JUEVES 24/05
 Arroz con pollo
Rice with chicken meat
 Filete de merluza con tomate y patatas
Hake fillet with tomato and potatoes
 Fruta del tiempo/Fruit
 Pan/ Bread

VIERNES 25/05
 Judías pintas
Stewed red beans
 Tortilla rellena de gambas
Prawns omelette
 Macedonia de frutas/ Fruit
 Pan/ Bread

LUNES 28/05
 Sopa de ave y picadillo
Chicken soup
 Salchichas con patatas y ketchup
Sausages with fried potatoes and ketchup
 Gelatina/ Jelly
 Pan/ Bread

MARTES 29/05
 Espaguettis con tomate y queso
Pasta with tomato and cheese
 Filetes rusos en salsa con patatas
Salisbury steak in sauce with chips
 Fruta del tiempo/Fruit
 Pan/ Bread

MIÉRCOLES 30/05
 Paella valenciana/ Valencian rice
 Croquetas y rabas con ensalada
Croquettes and squid fried with salad
 Fruta del tiempo/ Leche (Fruit/Milk)
 Pan/ Bread

JUEVES 31/05
 Lentejas a la casera
Stewed lentils with vegetables
 Filete de Merluza en salsa marinera
Hake fillet in seafood sauce
 Fruta del tiempo/Fruit
 Pan/ Bread

*** La información sobre alérgenos en los menús está a su disposición.
 *** Bebida diaria: agua./ *** Valoración nutricional realizada para alumnos entre 7-12 años.

COMIDAS	03/05	04/05	07/05	08/05	09/05	10/05	11/05	14/05	15/05	16/05	17/05	18/05	21/05	22/05	23/05	24/05	25/05	28/05	29/05	30/05	31/05
Energía (kcal)	679	773	771	578	701	911	839	647	578	824	666	827	691	599	701	788	802	682	824	803	764
Proteínas (g)	29.1	38.7	32.6	24.8	32.7	43.1	25.7	34.3	37.7	36.5	30.8	40.1	33.7	36.9	32.7	34.5	31.7	25.6	26.9	37.0	37.7
Grasas (g)	41.8	34.8	23.7	26.4	27.9	36.2	41.3	12.9	24.2	29.4	32.9	44.7	21.0	26.9	27.9	24.0	35.2	32.0	33.0	21.7	49.7
Glúcidos (g)	62.9	61.2	90.9	45.8	67.6	87.6	75.8	82.1	37.3	87.8	47.2	83.0	79.2	37.6	67.6	87.8	74.3	59.4	90.5	99.2	58.6

DE CENA:

JUEVES 03/05: Berenjenas rellenas de atún, ensalada, fruta y leche

VIERNES 04/05: Dorada con salsa de setas y patatas panadera, fruta y leche

LUNES 07/05: Brochetas, de verduras, salmón a la plancha, fruta y leche

MARTES 08/05: Coliflor rehogada, redondo de ternera al horno, fruta y leche

MIÉRCOLES 09/05: Crema de zanahoria, hamburguesa de pescado, fruta y leche

JUEVES 10/05: Ensalada caprese, merluza a la plancha, fruta y leche

VIERNES 11/05: Tacos de tomate con mozzarella, Bacaladitos fritos, fruta y leche

LUNES 14/05: Pescado al horno, calabacín plancha, fruta y leche

MARTES 15/05: Ensalada de quinoa con verduras y atún, fruta y leche

MIÉRCOLES 16/05: Pastel de carne de pollo y patata, ensalada, fruta y leche

JUEVES 17/05: Pescado guisado con verduras, ensalada, fruta y leche

VIERNES 18/05: Tortellini de carne con espinacas, ensalada de tomate, fruta y leche

LUNES 21/05: Menestra de verduras con jamón, pescado plancha, fruta y leche

MARTES 22/05: Pescado al horno, champiñón y espárragos a la plancha, fruta y leche

MIÉRCOLES 23/05: Tallarines con sepia, ensalada, fruta y leche

JUEVES 24/05: Brócoli con salsa de queso, lomo plancha, fruta y leche

VIERNES 25/05: Pescado en salsa con verduras, ensalada mixta, fruta y leche

LUNES 28/05: Lombarda con piñones, pescado plancha, fruta y leche

MARTES 29/05: Caldo de verduras, calamares a la romana con ensalada, fruta y leche

MIÉRCOLES 30/05: Verduras al vapor, pavo estofado, fruta y leche

JUEVES 31/05: Lacón con patata a la gallega, ensalada, fruta y leche



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

Menú Mensual



Alhoma Colectividades
Grupo Alimentación y Hostelería

