

SALON CELEBRACIONES "EL CORTIJO", S.L. – COMEDOR ESCOLAR COLECTIVO- Menú Basal

		LUNES 02/04				MARTES 03/04				MIERCOLES 04/04				JUEVES 05/04				VIERNES 06/04			
Semana 14	<p>1º Crema de verduras tricolor (guisantes, coliflor, judías verdes, zanahorias y patata) 2º Longanizas de pollo y cerdo al horno con lechuga, zanahoria y tomate. 3º Fruta de temporada: Naranja (Pan blanco y agua)</p>																				
	Kcal				GR.				G.Sat				HC								
	551				20.5				3.8				74.63								
	Azc		Prot		G.Sat		HC		Azc		Prot		G.Sat		HC						
	14.6		22.8		3.37				10.90		16.93		2.60								
Semana 15	<p>1º Ensalada de la huerta(lechuga, tomate, maíz, cebolla , repollo , pepino y zanahorias) y queso fresco 2º Albóndigas de pollo y cerdo al horno con calabacín salteado. 3º Fruta de temporada: Naranja (Pan blanco y agua)</p>																				
	Kcal				GR.				G.Sat				HC								
	693.5				33.7				9.45				65.7								
	Azc		Prot		G.Sat		HC		Azc		Prot		G.Sat		HC						
	16.03		34.8		3.11				18.6		22.13		2.49								
Semana 16	<p>1º Crema de verduras tricolor (guisantes, coliflor, judías verdes, zanahorias y patata) 2º Tortilla francesa y ensalada de lechuga, zanahoria y tomate. 3º Fruta de temporada: Naranja (Pan blanco y agua)</p>																				
	Kcal				GR.				G.Sat				HC								
	500				16.2				3.88				64.6								
	Azc		Prot		G.Sat		HC		Azc		Prot		G.Sat		HC						
	14.8		17.7		1.40				21.6		19.7		1.00								
Semana 17	<p>1º Ensalada de la huerta(lechuga, tomate, maíz, cebolla , repollo , pepino y zanahorias) 2º Patatas estofadas con magro de cerdo (ajo, cebolla, pimiento verde, pimiento rojo, tomate y zanahoria) 3º Fruta de temporada: Naranja (Pan blanco y agua)</p>																				
	Kcal				GR.				G.Sat				HC								
	681				13.7				2.39				89.7								
	Azc		Prot		G.Sat		HC		Azc		Prot		G.Sat		HC						
	17.5		15.9		1.92				686		21.2		3		94.0						
Semana 18	<p>1º Crema de verduras tricolor (guisantes, coliflor, judías verdes, zanahorias y patata) 2º Longanizas de pollo y cerdo al horno con lechuga, zanahoria y tomate. 3º Fruta de temporada: Naranja (Pan blanco y agua)</p>																				
	Kcal				GR.				G.Sat				HC								
	551				20.5				3.8				74.63								
	Azc		Prot		G.Sat		HC		Azc		Prot		G.Sat		HC						
	14.6		22.8		3.37																



Empresa especializada en seguridad e higiene alimentaria, formación

SALON CELEBRACIONES "EL CORTIJO", S.L. – RECOMENDACIÓN DE CENA - Menú Basal



EL CORTIJO
CELEBRACIONES Y CATERING



	LUNES 02/04	MARTES 03/04	MIÉRCOLES 04/04	JUEVES 05/04	VIERNES 06/04
Semana 14	Recomendación de cena: 1 pescado blanco + ensalada, pan y 1 lácteo. (Agua)	Recomendación cena; Arroz cocido con salsa de zanahorias + pollo a la plancha, pan ,1 macedonia de frutas. (Agua)	Recomendación cena; Filete de pollo empanado + ensalada con queso fresco, pan y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Crema de verduras + tortilla francesa con Pavo o jamón cocido, pan y 1 lácteo. (Agua)	Recomendación de cena: 1 pescado blanco con patata cocida + calabacín saleado, pan y 1 fruta.(Agua)
	LUNES 09/04	MARTES 10/04	MIÉRCOLES 11/04	JUEVES 12/04	VIERNES 13/04
Semana 15	Recomendación de cena: Pescado plancha + arroz tres delicias , pan y fruta (Agua)	Recomendación de cena: Crema de verduras con patata y ternera + queso fresco, pan y 1 fruta. (Agua).	Recomendación de cena: 1 pescado blanco al horno + salteado de verduras, pan y lácteo. (Agua)	Recomendación de cena: Filete de pollo plancha con salsa de zanahoria + ensalada, pan y 1 lácteo. (Agua)	Recomendación de cena: Patata revuelta con huevo, pan + ensalada y 1 fruta.(Agua)
	LUNES 16/04	MARTES 17/04	MIÉRCOLES 18/04	JUEVES 19/04	VIERNES 20/04
Semana 16	Recomendación de cena: 1 pescado blanco salteado con verduras+ ensalada, pan + lácteo. (Agua)	Recomendación de cena: Tortilla francesa con jamón cocido + puré de verduras, pan y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Patata con pescado al horno + ensalada, pan y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena:< Pollo al horno con berenjena + ensalada, pan y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Revuelto de patata, huevo y bacalao+ queso fresco, pan y 1 fruta. (Agua)
	LUNES 23/04	MARTES 24/04	MIÉRCOLES 25/04	JUEVES 26/04	VIERNES 27/04
Semana 17	Recomendación de cena: Arroz cocido con jamón cocido sin grasa + ensalada y pan, lácteo. (Agua)	Recomendación de cena: 1 pescado blanco a la plancha + tortilla francesa con queso fresco, pan y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: 1 crema de guisantes + filete de pollo, pan y 1 fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Pescado al horno con arroz salteado + queso fresco, pan y 1 o fruta. (Agua)	Recomendación de cena: Salteado de verduras con pasta + filete de ternera, pan, 1 lácteo. (Agua)
	LUNES 30/04				
Semana 18	Recomendación de cena: 1 pescado blanco + ensalada, pan y 1 lácteo. (Agua)				



Empresa especializada en seguridad e higiene alimentaria, formación

Con el RD 126/2015, se informa que en caso de intolerancia o alergia solicite información al personal para elaboración de menú adaptado. En la elaboración de estos platos: **1. No se usan alimentos que contengan en su composición grasas trans o grasas hidrogenadas (margarinas, bollería industrial, galletería industrial...), excepto las que presenten de forma natural. 2. No se usan alimentos que contengan aditivos potenciadores del sabor. 3. La carne usada es de naturaleza magra (<10% materia grasa), incluido los preparados cárnicos. 4. Los productos ecológicos que se utilizan en estos menús son: Aceite virgen extra de oliva, tomate frito, calabacín, pimientos rojos, zanahorias, peras, manzanas, naranjas, pastas, garbanzos, apio, puerro, patatas. 5. La fruta indicada en el menú podrá variar en función de la temporada: naranja, pera, manzana, melón, sandía, etc.**