

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: MAYO 2024

COLEGIO: ASpace SALAMANCA - MENÚ COMIDA HIPOCALORICO Y DIABETICO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1-may-24 LENTEJAS ESTOFADAS ESCALOPE DE POLLO A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	2-may-24 SOPA MINISTRONA DE VERDURA FILETE DE PAVO PLANCHA CHAMPIÑÓN SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA	3-may-24 PASTA SALTEADA CON SETAS MERLUZA A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	4-may-24 BROCOLI SALTEADAS CON JAMÓN FILETE DE LOMO PLANCHA TOMATE AL HORNO O CRUDO FRUTA DE TEMPORADA	5-may-24 ESPARRAGOS PAELLA MIXTA  FRUTA DE TEMPORADA
6-may-24 PASTA SALTEADA CON SETAS Y GAMBAS POLLO ASADO GUARNICION DE PIÑA FRUTA DE TEMPORADA	7-may-24 CREMA DE VERDURA FILETE DE MAGRO GUISADO TOMATE AL HORNO O CRUDO VITALINEA	8-may-24 ALUBIAS BLANCAS GUISADAS PESCADO AL HORNO PISTO FRUTA DE TEMPORADA	9-may-24 ACELGAS SALTEADAS CON PATATAS HUEVOS REVUELTOS CON ESPARRAGOS Y JAMÓN  FRUTA DE TEMPORADA	10-may-24 ARROZ CON SETAS FILETE RUSO A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	11-may-24 GARBANZOS GUIADOS BACALAO A LA RIOJANA  FRUTA DE TEMPORADA	12-may-24 PASTA SALTEADA CON ATUN LOMO DE SAJONIA EN SU JUGO  PIMIENTOS ASADOS FRUTA DE TEMPORADA
13-may-24 LENTEJAS ESTOFADAS FILETE DE TERNERA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MANZANA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA DE TEMPORADA	14-may-24 MENESTRA DE VERDURA FILETE DE LOMO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA ZANAHORIA RALLADA Y ACEITUNAS VITALINEA	15-may-24 PAELLA MIXTA PESCADO AL HORNO TOMATE AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	16-may-24 SOPA MINISTRONA DE VERDURA LARDONES DE POLLO ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y ESPARRAGOS FRUTA DE TEMPORADA	17-may-24 PASTA SALTEADA CON SETAS Y GAMBAS FILETE DE POLLO PLANCHA TOMATE PROVENZAL FRUTA DE TEMPORADA	18-may-24 JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN REVUELTO DE SETAS Y GAMBAS  FRUTA DE TEMPORADA	19-may-24 JAMON CON PIÑA POLLO ASADO PATATA AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA
20-may-24 ARROZ CON TOMATE FILETE DE LOMO ADOBADO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA DE TEMPORADA	21-may-24 PASTA SALTEADA CON ATUN TORTILLA DE VERDURAS ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE VITALINEA	22-may-24 CREMA DE CALABACIN PESCADO EN SALSAS PATATA HERVIDA FRUTA DE TEMPORADA	23-may-24 SOPA DE COCIDO MORCILLO DE TERNERA Y POLLO DE COCIDO (dieta)  FRUTA DE TEMPORADA	24-may-24 BROCOLI SALTEADO CON JAMÓN FILETE DE POLLO PLANCHA RODAJA DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	25-may-24 LENTEJAS ESTOFADAS FILETE DE LOMO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MANZANA FRUTA DE TEMPORADA	26-may-24 SOPA DE MARISCO CON PASTA CABECERO ASADO TOMATE AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA
27-may-24 GARBANZOS GUIADOS SALCHICHAS EN SALSAS VERDE ENSALADA DE LECHUGA ZANAHORIA RALLADA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA	28-may-24 PURE PARMENTIER CON ATUN POLLO ASADO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MANZANA Y ZANAHORIA RALLADA VITALINEA	29-may-24 ARROZ CON SALSAS DE TOMATE NATURAL MERLUZA A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y ESPARRAGOS FRUTA DE TEMPORADA	30-may-24 LENTEJAS ESTOFADAS HAMBURGUESA DE MIXTA AROS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	31-may-24 CREMA DE VERDURA ESCALOPE DE POLLO A LA PLANCHA TOMATE HORNO FRUTA DE TEMPORADA		

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)