



# MENÚ DEL MES DE MAYO DE 2023

COMEDOR ESCOLAR DEL C.E.I.P. LA ADUANA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>FESTIVIDAD</b>  <b>DÍA DEL TRABAJO</b> <b>1º DE MAYO</b>	2-MACARRONES SALSA ADUANA (Pasta-leche-beicon-harina Mantequilla)  NUGGET DE POLLO ENSALADA VERDE FRUTA NATURAL - PAN INTEGRAL	3-LENTEJAS ETOFADAS CON CHORIZO (legumbres-pimiento-cebolla-chorizo-zanahoria-) TORTILLA DE PAVO Y QUESO (huevo pasteurizado-pavo-queso) ENSALADA N2 (lechuga- b soja-zanahoria rallada) FRUTA NATURAL – PAN BLANCO	4-CREMA DE VERDURAS (calabacín-zanahoria patata-judía verde-guisantes-puerro)  VENTRESCA DE ATUN (ventresca-zanahoria baby-comino)  FRUTA NATURAL - PAN INTEGRAL	5-SOPA DE PICADILLO (pasta-huevo cocido-jamón-ave –ternera) HAMBURGUESAS (cerdo-ternera) TOMATE RODAJAS (tomate-aove) FRUTA NATURAL - PAN BLANCO
	Sugerencia cena: pasta-carne-fruta	Sugerencia cena: ensalada-huevo-fruta	Sugerencia cena: verdura pescado-fruta	Sugerencia cena: ensalada-verdura-fruta
8- CREMA DE VERDURAS (zanahoria-guisantes-judías-verdes-calabaza)  EMPANADA DE ATÚN  YOGUR O FRUTA - PAN INTEGRAL	9 – ALBONDIGAS CON CALDO (pollo-pan rallado-caldo blanco-Huevo pasteurizado)  PATATAS A LO POBRE CON TAQUITOS DE JAMON (patatas dólar-pimiento verde y rojo Cebolla-jamón serrano) FRUTA NATURAL - PAN BLANCO	10-ARROZ TRES DELICIAS (arroz-pavo cocido-guisantes-Zanahoria-huevo pasteurizado-aove)  CROQUETAS DE COCIDO TOMATE EN RODAJAS  FRUTA-PAN INTEGRAL	11– SOPA DE PICADILLO (Pasta, ave, ajo, jamón, huevo cocido)  LONGANIZAS CON PATATAS PALILLO (longanizas patatas palillo) ENSALADA N 2 (tomate, AOVE-b soja-zanahoria rallada) FRUTA NATURAL – PAN BLANCO	12– ALUBIAS ESTOFADAS CON ARROZ (Legumbre, patata, ajo, cebolla, pimiento, zanahoria, arroz y tomate)  FILETES DE MELVA CON TOMATE (melva-tomate frito-aove) ENSALADA VERDE (lechuga-aove) YOGUR O FRUTA – PAN INTEGRAL
Sugerencia cena: verdura-pescado-fruta	Sugerencia cena: pasta-carne-fruta	Sugerencia cena: ensalada-huevo-fruta	Sugerencia cena: verdura pescado-fruta	Sugerencia cena: ensalada-verdura-fruta
15- VERDURA SALTEADA (judías verdes zanahoria-berenjenas)  POLLO MULTICEREALES ENSALADA N 2 FRUTA NATURAL - PAN BLANCO	16-LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO (AOVE, legumbre, pimiento, cebolla, ajo, tomate) BACALAO HORNO CON GUISANTES (bacalao-guisantes-jamón) FRUTA NATURAL – PAN INTEGRAL	17-MACARRONES BOLOÑESA (pasta-tomate frito-magro cerdo)  LOMO PLANCHA CON SALSA VERDE ENSALADA VERDE FRUTA NATURAL – PAN BLANCO	18 – ARROZ A LA CUBANA, (Arroz, cebolla, ajo, AOVE, tomate)  LONCHEADO DE PAVO ENSALADA Nº 2 (lechuga, b. soja, zanahoria rallada, AOVE) FRUTA NATURAL – PAN INTEGRAL	19– JUDIAS VERDES CON TOMATE (judías verdes-tomate frito)  PALITOS DE MERLUZA ENSALADA VERDE (lechuga-aove) FRUTA NATURAL-PAN BLANCO
Sugerencia cena: verdura carne-fruta	Sugerencia cena: verdura-pescado-fruta	Sugerencia cena: ensalada-arroz-fruta	Sugerencia cena: sopa pescado-fruta	Sugerencia cena: ensalada-sopa-fruta
22- COCIDO ANDALUZ (legumbre, ave, ternera, patata, zanahoria, judías verdes)  PALITOS DE MERLUZA ENSALADA MIXTA (lechuga, zanahoria, maíz, AOVE) FRUTA NATURAL – PAN INTEGRAL	23- SOPA DE TIBURÓN (Pasta-ave-jamón-huevo cocido-ternera)  ALBONDIGAS CON TOMATE (pollo-huevo pasteurizado-pan rallado-tomate frito) LECHUGA CON SALSA YOGURT FRUTA NATURAL - PAN BLANCO	24-CANELONES GRATINADOS (canelones-leche-tomate frito-queso)  CROQUETAS RODAJAS DE TOMATE  FRUTA NATURAL – PAN INTEGRAL	<b>NO LECTIVO</b>  <b>FERIA DE MAYO</b>	<b>NO LECTIVO</b>  <b>FERIA DE MAYO</b>
Sugerencia cena: ensalada, huevo-fruta	Sugerencia cena: verdura-huevo-fruta	Sugerencia cena: verdura-arroz-fruta		
29-POTAJE DE GARBANZOS (legumbres-chorizo-pimiento-ajo-tomate frito) PATATAS A LO POBRE (patata dollar-pimiento-cebolla-jamón) FRUTA NATURAL-PAN BLANCO	30-POLLO JARDINERA (pollo-zanahoria-guisantes)  HUEVO COCIDO (huevo cocido-tomate frito) ENSALADA VERDE FRUTA NATURAL-PAN INTEGRAL	31-SALMOREJO (pan-tomate-huevo-jamón)  PIZZA DE YORK Y QUESO (harina-tomate frito-jamón york-queso) FRUTA NATURAL-PAN BLANCO		
Sugerencia cena: ensalada, huevo-fruta	Sugerencia cena: verdura-huevo-fruta	Sugerencia cena: verdura-arroz-fruta		

**Alérgenos (Reglamento 1169/2011 (UE): la información relativa al contenido de alérgenos de nuestros platos está disponible para su consulta, en el Centro Escolar.**

**Recuerda: Practicar y fomentar el ejercicio físico, comer alimentos variados 5 veces al día, beber agua 2L/día y proceder a la higiene adecuada de manos antes de comer y dientes después de comer.**