



Centros de Educación Infantil

My First School 

www.escuelainfantiltrastes.es

Tlf: 881.981.905

MONTHLY MENU

Summer 2018

Captain menu: July/August/Sept.



Pablo Carral Mosquera
Técnico Especialista de Dietética y Nutrición



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Sem.1					
25 - 29 jun	Crema de calabacín	Ensalada Calabresa (tomate, queso, huevo, atún)	Espaguetis a la boloñesa	Sopa de verduras y fideos	Lentejas vegetales
23 - 27 jul	AL: -	AL: 3, 4, 7	AL: 1, 3, 14	AL: 1, 3, 7, 9	AL: -
20 - 24 ago	Paella valenciana	Albóndigas de la abuela en salsa con patatas al horno	Pastel de pescado con ensalada de lechuga y tomate	Merluza empanada con patatas al vapor	Estofado de ternera
	AL: 4, 11, 14	AL: 1, 3, 7, 14	AL: 3, 4, 7	AL: 1, 3, 4	AL: 1, 14
	Yogur AL: 7	Fruta	Fruta	Yogur AL: 7	Fruta
Sem.2					
2 - 6 jul	Crema de verduras	Sopa jardinera	Arroz con tomate y atún	Ensalada alemana (judías, huevo, atún y patata)	Macarrones con queso
30 jul - 3 ago	AL: -	AL: 1, 3, 7, 9	AL: 4, 14	AL: 3, 4	AL: 1, 3, 7
27 - 31 ago	Milanesa al horno con espirales vegetales	Pescado con patatas al horno	Tortilla española con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Pollo asado con brócoli	Croquetas artesanales de pescado con ensalada de lechuga y tomate
	AL: 1, 3	AL: 4, 14	AL: 3	AL: 14	AL: 1, 4, 7
	Fruta	Yogur AL: 7	Fruta	Fruta	Petit-Suisse AL: 7
Sem.3					
9 - 13 jul	Fideuá con pisto	Lentejas con chorizo	Vichysoisse	Guisantes con jamón	Sopa de cuscús y espinacas
6 - 10 ago	AL: 1, 3	AL: 7	AL: 7	AL: 6	AL: 1, 3, 7, 9
3 - 7 sep	Guiso de choupa	Plato combinado con ensalada de lechuga y tomate	Hamburguesa casera con patatas asadas	Lasaña de atún	Tortilla de patacas con ensalada de lechuga y tomate
	AL: 11, 14	AL: 1, 3, 4, 6, 7	AL: 1, 3, 7	AL: 1, 3, 4, 7	AL: 3
	Fruta	Yogur AL: 7	Fruta	Yogur AL: 7	Fruta
Sem.4					
16 - 20 jul	Judías a la galega	Ensalada siciliana	Sopa de estrellitas	Ensalada de lentejas	Ensalada italiana
13 - 17 ago	AL: -	AL: 7 (tomate, queso, aceitunas negras, hierbas)	AL: 1, 3, 7, 9	AL: 7 (lechuga, tomate, lentejas, queso, pimiento rojo)	AL: 1, 3 (pasta, tomate, zanahoria, aceitunas v., hierbas)
	Pizza artesana de tomate, jamón y mozzarella	Raxo de pollo con patatas fritas	Bacalao empanado con ensalada de lechuga y tomate	Sanjacobo casero con arroz	Caldereta de cazón
	AL: 1, 3, 6, 7, 9	AL: 14	AL: 1, 3, 4	AL: 1, 3, 6, 7	AL: 4, 14
	Fruta	Fruta	Chocolatina AL: 7, 8	Fruta	Natillas caseras AL: 7. (AL galleta: 1, 6, 7,

En base al REGLAMENTO (UE) N o 1169/2011 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 25 de octubre de 2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor se informa que estos menús pueden contener: gluten, huevo, pescado, crustáceos, moluscos, leche y sus derivados, apio.