

C. CORAZON INMACULADO

Noviembre - 2021

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

2

722 Kcal. P.: 18 HC.: 46 L.: 34 G.: 11
ESPIRALES A LA CREMA (SALTEADAS CON NATA)
 PASTA SPIRALS WITH CREAM
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA CARAMELIZADA
 BEEF BURGER WITH CARAMELISED ONION
MAÍZ Y ZANAHORIA RALLADA
 SWEETCORN AND GRATED CARROTS
FRUTA
 FRUIT

3

515 Kcal. P.: 25 HC.: 33 L.: 40 G.: 12
CREMA DE PUERROS
 CREAM OF LEEK SOUP
POLLO ADOBADO SALTEADO CON PISTO DE VERDURAS
 MARINATED CHICKEN WITH VEGETABLE PISTO
YOGUR
 YOGHURT

4

722 Kcal. P.: 16 HC.: 46 L.: 36 G.: 5
ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS NEGRAS
 RICE WITH FRESH TOMATO AND BLACK OLIVES
PALOMETA AL HORNO EN MOJO CANARIO (VERDE)
 PALOMETA IN MOJO CANARIO
LECHUGA Y PEPINO
 LETTUCE AND CUCUMBER
FRUTA
 FRUIT

5

589 Kcal. P.: 21 HC.: 45 L.: 29 G.: 6
LENTEJAS CON VERDURAS
 LENTILS WITH VEGETABLES
HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y JAMON SERRANO
 CLASSICS EGGS BROKEN, POTATOES AND HAM
FRUTA
 FRUIT

8

682 Kcal. P.: 23 HC.: 31 L.: 44 G.: 11
CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON PICATOSTES
 CREAM OF COURGETTE WITH CROUTONS
CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO
 CHICKEN THIGH WITH GARLIC
TOMATE EN DADOS
 DICED TOMATO
FRUTA
 FRUIT

9

FESTIU

10

720 Kcal. P.: 15 HC.: 43 L.: 39 G.: 10
FIDEUA CON VERDURITAS
 VEGETABLE FIDEUÀ
TORTILLA DE QUESO
 CHEESE OMELETTE
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE
 LETTUCE, ONION AND TOMATO SALAD
FRUTA
 FRUIT

11

641 Kcal. P.: 21 HC.: 42 L.: 34 G.: 13
SOPA DE COCIDO
 TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO
 CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, CHORIZO, POTATO & CABBAGE STEW
YOGUR
 YOGHURT

12

728 Kcal. P.: 16 HC.: 46 L.: 36 G.: 5
RECETA FISH REVOLUTION
ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
 PAELLA WITH VEGETABLES
GALLO SAN PEDRO AL HORNO ENCEBOLLADO CON OLIVAS
 BAKED FISH WITH ONIONS AND OLIVES
FRUTA
 FRUIT

15

654 Kcal. P.: 9 HC.: 42 L.: 45 G.: 7
VERDURA TRICOLOR (BROCOLI, JUDIA VERDE Y ZANAHORIA)
 TRICOLOR VEGETABLES
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO
 HOME-STYLE CHICKEN CROQUETTES
LECHUGA Y MAÍZ
 LETTUCE AND SWEETCORN
FRUTA
 FRUIT

16

642 Kcal. P.: 18 HC.: 39 L.: 39 G.: 8
LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL
 LENTILS STEW WITH INTEGRAL RICE
TORTILLA DE JAMÓN YORK
 HAM OMELETTE
LECHUGA Y TOMATE
 LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
 FRUIT

17

453 Kcal. P.: 20 HC.: 36 L.: 42 G.: 14
MAR DE TASMANIA: NUEVA ZELANDA
KIHU PARA OA HUPA (SOPA MAORÍ DE FIDEOS Y VERDURA)
 KIHU PARA OA HUPA (MAORÍ PASTA AND VEGETABLE SOUP)
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON VERDURAS)
 HANGI MAORÍ (ROASTED PORK WITH VEGETABLES)
PASTEL DE KIVI
 KIVI CAKE

18

631 Kcal. P.: 19 HC.: 48 L.: 27 G.: 8
CREMA DE ZANAHORIAS
 CREAM OF CARROTS SOUP
FRIJOLAS IBÉRICOS (ALUBIA PINTA CON CARNE PICADA Y JAMÓN)
 "IBERIAN FRIJOLES" (BEAN WITH MEAT AND HAM)
NATILLAS
 CUSTARD CREAM

19

798 Kcal. P.: 17 HC.: 45 L.: 36 G.: 6
MACARRONES A LA NAPOLITANA
 NAPOLITANA STYLE MACARONI
ABADEJO EN ADOBO
 MARINATED FISH
TOMATE Y OLIVAS
 TOMATO AND OLIVES
FRUTA
 FRUIT

22

793 Kcal. P.: 20 HC.: 43 L.: 35 G.: 9
ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
 CHINESE RICE (CARROT, SWEETCORN AND PEAS)
POLLO ASADO CON SALSA BARBACOA
 ROAST CHICKEN WITH BARBECUE SAUCE
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
 LETTUCE AND RED PEPPER
FRUTA
 FRUIT

23

597 Kcal. P.: 21 HC.: 34 L.: 39 G.: 10
ALUBIAS BLANCAS CON PUERRO Y SALSA DE CÚRCUMA
 WHITE BEANS WITH LEEK AND CURCUMA SAUCE
TORTILLA DE CALABACÍN
 COURGETTE OMELETTE
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
 LETTUCE AND SHREDDED CARROT
YOGUR
 YOGHURT

24

668 Kcal. P.: 17 HC.: 50 L.: 30 G.: 6
JORNADA FISH REVOLUTION
ESPAGUETIS CON TOMATE Y QUESO RALLADO
 SPAGHETTI WITH TOMATO AND GRATED CHEESE
RUSTIDERA DE MERLUZA CON PATATA MARINA
 HAKE WITH SEA POTATO
TOMATE ALIÑADO
 TOMATO
FRUTA
 FRUIT

25

635 Kcal. P.: 19 HC.: 48 L.: 30 G.: 11
SOPA DE COCIDO
 TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO
 CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, CHORIZO, POTATO & CABBAGE STEW
FRUTA
 FRUIT

26

632 Kcal. P.: 15 HC.: 38 L.: 45 G.: 14
CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y NARANJA
 PUMPKIN CREAM WITH ROSEMARY AND ORANGE
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUISANTES
 MEATBALLS WITH CARROTS AND PEAS
FRUTA
 FRUIT

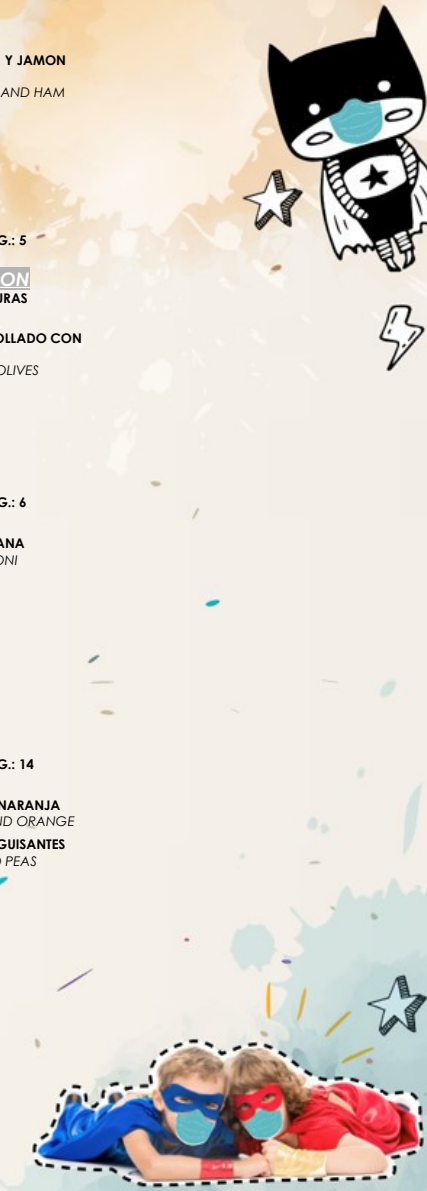
29

747 Kcal. P.: 18 HC.: 35 L.: 43 G.: 9
LENTEJAS CON VERDURAS
 LENTILS WITH VEGETABLES
TORTILLA DE PATATAS
 SPANISH OMELETTE
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
 LETTUCE AND TOMATO SALAD
YOGUR
 YOGHURT

30

592 Kcal. P.: 17 HC.: 32 L.: 47 G.: 14
JUDÍAS VERDES CON TOMATE
 GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE
SECRETO DE CERDO AL HORNO
 GRILLED PORK SECRET
PATATA ASADA
 ROAST POTATOES
FRUTA
 FRUIT

NOTAS: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.



¡Te damos la bienvenida a nuestro comedor escolar seguro!

Comienza con un buen **DESAYUNO**



Pan, cereales o derivados



Leche o derivados



Fruta fresca y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

LOS GUARDIANES DE LA SALUD



1 Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

Notas:

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020

En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

