









































































24-05		25-05		26-05		27-05		28-05	
Crema de siete verduras [patata, cebolla, puerro, calabacín, guisantes, zanahoria] FORMA DE COCINADO: HERVIDO 		Caracolas a la napolitana [tomate, queso] FORMA DE COCINADO: HERVIDO 		Cocido de garbanzos con verduras [patata, calabaza, cebolla, zanahoria] FORMA DE COCINADO: GUIASADO 		Ensalada de lechuga, zanahoria, col y lombarda con atún (yellowfin/thunnus albacares) aliñada con aceite de oliva virgen extra y sal yodada FORMA DE COCINADO: CRUDO 		Potaje de alubias con pollo [patata, tomate, cebolla, zanahoria, pimiento rojo y verde y ajo] FORMA DE COCINADO: ESTOFADO 	
Fogonero (pollachius virens) al horno en salsa de verduras [cebolla, zanahoria, tomate triturado, pimiento verde y rojo, ajo] FORMA DE COCINADO: GUIASADO 		Churrasquito de pollo al limón FORMA DE COCINADO: HORNEADO 		Merluza (merluccius hubbsi) a la jardinera [cebolla, zanahoria, patata, tomate, pimiento rojo y verde] FORMA DE COCINADO: HORNEADO 		Hamburguesa de ternera a la plancha FORMA DE COCINADO: PLANCHA 		Tortilla de patatas y calabacín [patata, calabacín, ajo] FORMA DE COCINADO: HERVIDO Y HORNEADO 	
Arroz salteado [arroz vaporizado, cebolla] FORMA DE COCINADO: SALTEADO		-		Guisantes salteados FORMA DE COCINADO: SALTEADO 		Patatas al horno FORMA DE COCINADO: HORNEADO 		Lechuga y zanahoria aliñados con aceite de oliva virgen extra y sal yodada FORMA DE COCINADO: CRUDO	
Pan 		Pan integral 		Pan 		Pan integral 		Pan 	
Manzana		Pera		Sandía		Yogur 		Plátano	
589,7 Kcal 74g HC (50,9%) 17,18g HC simples 20,6g Proteínas (14%)	21,58g Lípidos (32,9%) 3,27g A6S 0,79g sal	602,7 Kcal 73,77g HC (50%) 15,63g HC simples 22,4g Proteínas (14,9%)	21,86g Lípidos (32,6%) 4,17g A6S 1,28g sal	600,6 Kcal 77g HC (51,3%) 23,6g HC simples 22,4g Proteínas (14,9%)	19,88g Lípidos (30,8%) 3,65g A6S 0,45g sal	592,7 Kcal 74,1g HC (50%) 24,22g HC simples 19,8g Proteínas (13,4%)	20,76g Lípidos (31,5%) 3,57g A6S 1,18g sal	578,3 Kcal 74,9g HC (51,8%) 21,3g HC simples 18,83g Proteínas (13%)	21,88g Lípidos (34,1%) 4,06g A6S 1,19g sal
31-05		01-06		02-06		03-06		04-06	
Guiso de arroz con pollo [tomate, cebolla, zanahoria, pimiento rojo y verde y ajo] FORMA DE COCINADO: GUIASADO 		Puchero de garbanzos con verduras [patata, calabaza, cebolla, zanahoria] FORMA DE COCINADO: GUIASADO 		Lentejas estofadas con chorizo [patata, tomate, cebolla, zanahoria, pimiento rojo y verde y ajo] FORMA DE COCINADO: ESTOFADO 		Salmorejo (con aceite de oliva virgen extra) [tomate, pan rallado, vinagre de vino, ajo] FORMA DE COCINADO: CRUDO 		Ensaladilla rusa [patata, mayonesa, zanahoria, atún (thunnus albacares)] FORMA DE COCINADO: HERVIDO 	
Tortilla francesa FORMA DE COCINADO: HORNEADO 		Tilapia (oreochromis niloticus) a la menier [harina de trigo, limón, perejil] FORMA DE COCINADO: HORNEADO 		Tortilla de patatas [patata, cebolla] FORMA DE COCINADO: HERVIDO Y HORNEADO 		Magro de cerdo en salsa [cebolla, zanahoria, tomate triturado, pimiento verde y rojo, ajo] FORMA DE COCINADO: GUIASADO 		Bacalao (gadus morhua) a la parmentier [puerro, nata, mantequilla, queso] FORMA DE COCINADO: HORNEADO 	
Zanahoria aliñada con aceite de oliva virgen extra y sal yodada FORMA DE COCINADO: CRUDO		Patatas al horno FORMA DE COCINADO: HORNEADO 		-		Guisantes salteados FORMA DE COCINADO: SALTEADO 		Arroz salteado [arroz vaporizado, cebolla] FORMA DE COCINADO: SALTEADO	
Pan 		Pan integral 		Pan 		Pan integral 		Pan 	
Pera		Manzana		Sandía		Manzana		Plátano	
606,7 Kcal 84,4g HC (55,6%) 15,45g HC simples 22,4g Proteínas (14,8%)	20,08g Lípidos (30,8%) 3,27g A6S 1,18g sal	602,2 Kcal 78,2g HC (51,9%) 22,9g HC simples 21,15g Proteínas (14%)	20,28g Lípidos (30,3%) 3,73g A6S 1,37g sal	582,7 Kcal 74,3g HC (51%) 17,92g HC simples 21,8g Proteínas (15%)	21,06g Lípidos (32,5%) 3,20g A6S 0,68g sal	591 Kcal 73,6g HC (50,8%) 14g HC simples 22,8g Proteínas (14,4%)	20,38g Lípidos (31%) 5,31g A6S 1,27g sal	598,4 Kcal 75,12g HC (50,2%) 17,37g HC simples 22,41g Proteínas (15%)	21,08g Lípidos (31,7%) 4,10g A6S 1,14g sal

*La fruta fresca de temporada incluye: manzana, pera, plátano y naranja ecológica.

N.R.S. 260007551/SE Polígono Industrial Canama C/D Alcolea del Río (Sevilla)




07-06	08-06	09-06	10-06	11-06	
Potaje de alubias con magro de cerdo [patata, tomate, cebolla, zanahoria, pimiento rojo y verde y ajo] FORMA DE COCINADO: ESTOFADO 	Macarrones a la napolitana [tomate, queso] FORMA DE COCINADO: HERVIDO 	Cocido de garbanzos con verduras [patata, calabaza, cebolla, zanahoria] FORMA DE COCINADO: GUISADO 	Ensalada de lechuga, zanahoria, col y lombarda con atún (yellowfin/thunnus albacares) aliñada con aceite de oliva virgen extra y sal yodada FORMA DE COCINADO: CRUDO 	Crema de zanahorias [zanahoria, patata, cebolla] FORMA DE COCINADO: HERVIDO 	
Tortilla de patatas y calabacín [patata, calabacín, ajo] FORMA DE COCINADO: HERVIDO Y HORNEADO 	Ragout de pavo en salsa al ajillo [ajo] FORMA DE COCINADO: HORNEADO 	Merluza (merluccius hubbsi) al horno en salsa de verduras [cebolla, zanahoria, tomate triturado, pimiento verde y rojo, ajo] FORMA DE COCINADO: GUISADO 	Pinchitos de pollo FORMA DE COCINADO: PLANCHA 	Salmón (salmo salar) al horno FORMA DE COCINADO: GUISADO 	
-	-	Guisantes salteados FORMA DE COCINADO: SALTEADO 	Arroz salteado [arroz vaporizado, cebolla] FORMA DE COCINADO: SALTEADO 	Patatas al horno FORMA DE COCINADO: HORNEADO 	
Pan 	Pan integral 	Pan 	Pan integral 	Pan 	
Manzana	Pera	Sandía	Yogur 	Plátano	
600,6 Kcal 77g HC (51,3%) 23,6g HC simples 22,4g Proteínas (14,9%)	19,88g Lípidos (30,8%) 3,65g AGS 0,45g sal	581,7 Kcal 79,6g HC (54,7%) 24,8g HC simples 19,4g Proteínas (13,3%)	18,48g Lípidos (30,6%) 3,37g AGS 1,35g sal	603,1 Kcal 75,1g HC (50,7%) 19,72g HC simples 23,5g Proteínas (14,7%)	21,08g Lípidos (31,5%) 5,46g AGS 1,27g sal
608,7 Kcal 74,2g HC (50,3%) 20g HC simples 22,4g Proteínas (14,7%)	22,28g Lípidos (32,9%) 3,67g AGS 1,29g sal				
14-06	15-06	16-06	17-06	18-06	
Ensaladilla rusa [patata, mayonesa, zanahoria, atún (thunnus albacares)] FORMA DE COCINADO: HERVIDO 	Arroz salteado a la cubana [tomate, cebolla] FORMA DE COCINADO: HERVIDO 	Lentejas estofadas con verduras [patata, tomate, cebolla, zanahoria, pimiento rojo y verde y ajo] FORMA DE COCINADO: ESTOFADO 	Salmorejo (con aceite de oliva virgen extra) [tomate, pan rallado, vinagre de vino, ajo] FORMA DE COCINADO: CRUDO 	Canelones de carne [tomate, queso, carne de cerdo] FORMA DE COCINADO: HERVIDO 	
Bacalao (gadus morhua) a la jardinera [cebolla, zanahoria, patata, tomate, pimiento rojo y verde] FORMA DE COCINADO: HORNEADO 	Tortilla de patatas [patata, cebolla] FORMA DE COCINADO: HERVIDO Y HORNEADO 	Fogonero (pollachius virens) a la menier [harina de trigo, limón, perejil] FORMA DE COCINADO: HORNEADO 	Lomo de cerdo en salsa [cebolla, zanahoria, patata, tomate, pimiento rojo y verde] FORMA DE COCINADO: GUISADO 	Tortilla francesa FORMA DE COCINADO: HORNEADO 	
Guisantes salteados FORMA DE COCINADO: SALTEADO 	-	Patatas panaderas [patata, cebolla] FORMA DE COCINADO: HORNEADO 	Arroz salteado [arroz vaporizado, cebolla] FORMA DE COCINADO: SALTEADO 	Lechuga aliñada con aceite de oliva virgen extra y sal yodada FORMA DE COCINADO: CRUDO 	
Pan 	Pan integral 	Pan 	Pan integral 	Pan 	
Pera	Manzana	Sandía	Yogur 	Plátano	
602,7 Kcal 84,6g HC (56,1%) 15,75g HC simples 20,2g Proteínas (13,4%)	19,98g Lípidos (30,8%) 3,17g AGS 1,15g sal	604,4 Kcal 75,1g HC (50,7%) 19,53g HC simples 21,7g Proteínas (14,4%)	20,56g Lípidos (30,6%) 3,67g AGS 1,17g sal	585,7 Kcal 74,3g HC (50,7%) 17,4g HC simples 22,3g Proteínas (14,2%)	22,38g Lípidos (34,4%) 3,29g AGS 0,80g sal
609,2 Kcal 78,1g HC (51,3%) 10,69g HC simples 22,5g Proteínas (14,8%)	20,58g Lípidos (30,4%) 7,35g AGS 1,18g sal	601,2 Kcal 78,1g HC (52%) 20,36g HC simples 22,45g Proteínas (14,9%)	19,88g Lípidos (30,8%) 3,92g AGS 1,22g sal		

Ninguno de nuestros platos contiene alutamato monosódico ni potenciadores de sabor. / Toda la fruta ofrecida es fresca.

El objetivo principal del comedor escolar es el fomento del consumo de una dieta equilibrada, asequible y placentera para todos los niños y niñas y sobre esa base hemos diseñado el presente menú.

Según las recomendaciones, el almuerzo debe proporcionar alrededor del 30-35% de las necesidades en energía del día.

*Los porcentajes están calculados con respecto a las kcal totales recomendadas según el sexo y el rango de edad.

 El plato contiene ingredientes ECOLÓGICOS

*La fruta fresca de temporada incluye: manzana, pera, plátano y naranja ecológica.

N.R.S. 260007551/SE Polígono Industrial Canama C/D Alcolea del Río (Sevilla)



www.cateringgonzalez.com - Teléfono 955 80 68 75