

DE LA CONSOLACIÓN BURRIANA

El presente menú ha sido calibrado y revisado por dietista colegiado CV00639

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes															
<b>Primero</b>	Sopa de Ave con Fideos	Crema de Guisantes	Lentejas Riojana	Arroz Blanco con Tomate	Macarrones Bolognesa															
<b>Segundo</b>	Lomo a la Plancha con Verduras Ensalada	Hamburguesa de Pollo con Patatas Ensalada	Crujiente de Rosada con Mahonesa Ensalada	Fiambre Variado de Pavo Ensalada	Tortilla Francesa con Croquetas Ensalada															
<b>Postre</b>	Manzana Leche	Melocotón en Almíbar Leche	Yogur Natural Azucarado Danone Fruta Variada	Plátano Leche	Naranja Zumo de Melocotón															
	Valor Nutricional				Valor Nutricional															
	Kca l	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kca l	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kca l	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kca l	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)	Kca l	Pt (g)	Hc (g)	Lip (g)
	745	39	98	24	824	42	99	29	770	27	103	28	781	33	70	43	740	31	68	36
<b>Propuesta cenas</b>	Ensalada variada. Filetes de sardina con patata horno. Pan y fruta	Sopa de sémola. Tortilla francesa. Pan y fruta.	Pechuga plancha con salsa de tomate, patata y zanahoria baby. Pan y fruta.	Ensalada variada. Huevos cocidos con tomate. Pan y yogur.	Pescado blanco al horno con patata y verduras. Pan y fruta															

**Información nutricional valorada para la etapa de PRIMARIA:**

La combinación de platos que ofrecemos en nuestros menús cubre las necesidades calóricas y nutricionales de todos los niños del Centro. Nuestros menús están totalmente **equilibrados**, al contar desde hace más de diez años con el asesoramiento de especialistas en nutrición a la hora de realizarlos. Una dieta correcta es aquella que aporta la cantidad de calorías necesarias, repartidas correctamente en grupos de alimentos y que, al mismo tiempo, asegura una cantidad de vitaminas y oligoelementos. Estamos a su disposición para aclarar cuantas dudas les surjan sobre lo que comen sus hijos en este Centro (cantidades, productos, marcas, etc.). **La fruta variada** incluye: Pera, Plátano, Manzana, Naranja y Fruta de temporada. La **Ensalada** incluye: Lechuga, Tomate, Aceitunas, Maiz y Zanahoria rallada. El presente menú ha sido calibrado y revisado por Dietista Colegiado CV00639. **Información sobre alérgenos:** Está a su disposición ficha relativa a los alérgenos de cada menú diario con el correspondiente desglose por alimentos de cada plato servido en este Centro. **Menú Colegial, S.L. 687-475432**

## DE LA CONSOLACIÓN BURRIANA

*El presente menú ha sido calibrado y revisado por dietista colegiado CV00639*

(Valorado para la etapa de PRIMARIA) 1ª Semana (Del 2 al 5 y del 29 al 30 de noviembre de 2021)

### **Información nutricional valorada para la etapa de PRIMARIA:**

La combinación de platos que ofrecemos en nuestros menús cubre las necesidades calóricas y nutricionales de todos los niños del Centro. Nuestros menús están totalmente **equilibrados**, al contar desde hace más de diez años con el asesoramiento de especialistas en nutrición a la hora de realizarlos. Una dieta correcta es aquella que aporta la cantidad de calorías necesarias, repartidas correctamente en grupos de alimentos y que, al mismo tiempo, asegura una cantidad de vitaminas y oligoelementos. Estamos a su disposición para aclarar cuantas dudas les surjan sobre lo que comen sus hijos en este Centro (cantidades, productos, marcas, etc.). **La fruta variada** incluye: Pera, Plátano, Manzana, Naranja y Fruta de temporada. La **Ensalada** incluye: Lechuga, Tomate, Aceitunas, Maiz y Zanahoria rallada. El presente menú ha sido calibrado y revisado por Dietista Colegiado CV00639. **Información sobre alérgenos:** Está a su disposición ficha relativa a los alérgenos de cada menú diario con el correspondiente desglose por alimentos de cada plato servido en este Centro. **Menú Colegial, S.L. 687-475432**

DE LA CONSOLACIÓN BURRIANA

El presente menú ha sido calibrado y revisado por dietista colegiado CV00639

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes															
Primero	Sopa de Cocido con Huevo Duro y Garbanzos	Crema de Legumbres	Espagueti Carbonara / Bolognesa	Paella Valenciana	Sopa de Marisco															
Segundo	Solomillo Pollo con Menestra de Verduras	Albóndigas con Salsa de Tomate	Merluza Romana	Jamón York y Queso	Tortilla de Patata															
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada															
Postre	Plátano	Manzana	Yogur Sabores Danone	Melón	Naranja															
	Leche	Leche	Fruta Variada	Leche	Zumo de Melocotón															
	Valor Nutricional				Valor Nutricional				Valor Nutricional				Valor Nutricional							
	Kca	Pt	Hc	Lip	Kca	Pt	Hc	Lip	Kca	Pt	Hc	Lip	Kca	Pt	Hc	Lip	Kca	Pt	Hc	Lip
	l	(g)	(g)	(g)	l	(g)	(g)	(g)	l	(g)	(g)	(g)	l	(g)	(g)	(g)	l	(g)	(g)	(g)
	752	47	92	35	781	26	79	41	803	36	108	26	902	39	119	31	698	35	67	30
Propuesta cenas	Pescado blanco guisado con guisantes. Pan y fruta.	Ensalada variada. Tortilla de calabacín y cebolla. Pan y fruta.	Judías verdes salteadas con jamón. Chuletas de pavo plancha. Pan y yogur.	Sopa de fideos. Pechuga a la plancha con verduras. Pan y fruta	Crema de verduras. Muslo de pollo deshuesado a la plancha. Pan y fruta.															

**Información nutricional valorada para la etapa de PRIMARIA:**

La combinación de platos que ofrecemos en nuestros menús cubre las necesidades calóricas y nutricionales de todos los niños del Centro. Nuestros menús están totalmente **equilibrados**, al contar desde hace más de diez años con el asesoramiento de especialistas en nutrición a la hora de realizarlos. Una dieta correcta es aquella que aporta la cantidad de calorías necesarias, repartidas correctamente en grupos de alimentos y que, al mismo tiempo, asegura una cantidad de vitaminas y oligoelementos. Estamos a su disposición para aclarar cuantas dudas les surjan sobre lo que comen sus hijos en este Centro (cantidades, productos, marcas, etc.). **La fruta variada** incluye: Pera, Plátano, Manzana, Naranja y Fruta de temporada. **La Ensalada** incluye: Lechuga, Tomate, Aceitunas, Maiz y Zanahoria rallada. El presente menú ha sido calibrado y revisado por Dietista Colegiado CV00639. **Información sobre alérgenos:** Está a su disposición ficha relativa a los alérgenos de cada menú diario con el correspondiente desglose por alimentos de cada plato servido en este Centro. **Menú Colegial, S.L. 687-475432**

## DE LA CONSOLACIÓN BURRIANA

*El presente menú ha sido calibrado y revisado por dietista colegiado CV00639*

(Valorado para la etapa de PRIMARIA) 2ª Semana (Del 8 al 12 de noviembre de 2021)

### **Información nutricional valorada para la etapa de PRIMARIA:**

La combinación de platos que ofrecemos en nuestros menús cubre las necesidades calóricas y nutricionales de todos los niños del Centro. Nuestros menús están totalmente **equilibrados**, al contar desde hace más de diez años con el asesoramiento de especialistas en nutrición a la hora de realizarlos. Una dieta correcta es aquella que aporta la cantidad de calorías necesarias, repartidas correctamente en grupos de alimentos y que, al mismo tiempo, asegura una cantidad de vitaminas y oligoelementos. Estamos a su disposición para aclarar cuantas dudas les surjan sobre lo que comen sus hijos en este Centro (cantidades, productos, marcas, etc.). **La fruta variada** incluye: Pera, Plátano, Manzana, Naranja y Fruta de temporada. La **Ensalada** incluye: Lechuga, Tomate, Aceitunas, Maiz y Zanahoria rallada. El presente menú ha sido calibrado y revisado por Dietista Colegiado CV00639. **Información sobre alérgenos:** Está a su disposición ficha relativa a los alérgenos de cada menú diario con el correspondiente desglose por alimentos de cada plato servido en este Centro. **Menú Colegial, S.L. 687-475432**

DE LA CONSOLACIÓN BURRIANA

El presente menú ha sido calibrado y revisado por dietista colegiado CV00639

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes															
Primero	Lentejas con Verduras	Crema de Olleta	Sopa Castellana	Arroz Blanco con Tomate	Fideuà del Senyoret															
Segundo	Bocaditos de Bacalao con Mahonesa	Escalope de Lomo con Cous-Cous	Contramuslo de Pollo al Horno con Champiñones	Minihamburguesa con Patatas -- Huevo Frito con Bacon	Fiambre de Pavo															
	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada	Ensalada															
Postre	Naranja	Plátano	Yogur Natural Azucarado Danone	Manzana	Melocotón y Piña en su Jugo															
	Zumo de Melocotón	Leche	Fruta Variada	Leche	Leche															
	Valor Nutricional				Valor Nutricional				Valor Nutricional				Valor Nutricional							
	Kca	Pt	Hc (g)	Lip (g)	Kca	Pt	Hc (g)	Lip (g)	Kca	Pt	Hc (g)	Lip (g)	Kca	Pt	Hc (g)	Lip (g)	Kca	Pt	Hc (g)	Lip (g)
	749	32	78	33	759	42	93	27	725	41	81	28	958	34	109	43	767	37	74	36
Propuesta cenas	Menestra de verduras. Jamón York y Queso Fresco. Pan y fruta.	Hervido valenciano. Tortilla francesa. Pan y fruta.	Ensalada variada. Pescado blanco con limón y alcachofas. Pan y fruta.	Ensalada variada. Fajita rellena de atún y tomate. Pan y yogur.	Crema de verduras. Pescado azul con tomate natural. Pan y fruta.															

**Información nutricional valorada para la etapa de PRIMARIA:**

La combinación de platos que ofrecemos en nuestros menús cubre las necesidades calóricas y nutricionales de todos los niños del Centro. Nuestros menús están totalmente **equilibrados**, al contar desde hace más de diez años con el asesoramiento de especialistas en nutrición a la hora de realizarlos. Una dieta correcta es aquella que aporta la cantidad de calorías necesarias, repartidas correctamente en grupos de alimentos y que, al mismo tiempo, asegura una cantidad de vitaminas y oligoelementos. Estamos a su disposición para aclarar cuantas dudas les surjan sobre lo que comen sus hijos en este Centro (cantidades, productos, marcas, etc.). **La fruta variada** incluye: Pera, Plátano, Manzana, Naranja y Fruta de temporada. **La Ensalada** incluye: Lechuga, Tomate, Aceitunas, Maiz y Zanahoria rallada. El presente menú ha sido calibrado y revisado por Dietista Colegiado CV00639. **Información sobre alérgenos:** Está a su disposición ficha relativa a los alérgenos de cada menú diario con el correspondiente desglose por alimentos de cada plato servido en este Centro. **Menú Colegial, S.L. 687-475432**

## DE LA CONSOLACIÓN BURRIANA

*El presente menú ha sido calibrado y revisado por dietista colegiado CV00639*

**(Valorado para la etapa de PRIMARIA) 3ª Semana (Del 15 al 19 de noviembre de 2021).**

### **Información nutricional valorada para la etapa de PRIMARIA:**

La combinación de platos que ofrecemos en nuestros menús cubre las necesidades calóricas y nutricionales de todos los niños del Centro. Nuestros menús están totalmente **equilibrados**, al contar desde hace más de diez años con el asesoramiento de especialistas en nutrición a la hora de realizarlos. Una dieta correcta es aquella que aporta la cantidad de calorías necesarias, repartidas correctamente en grupos de alimentos y que, al mismo tiempo, asegura una cantidad de vitaminas y oligoelementos. Estamos a su disposición para aclarar cuantas dudas les surjan sobre lo que comen sus hijos en este Centro (cantidades, productos, marcas, etc.). **La fruta variada** incluye: Pera, Plátano, Manzana, Naranja y Fruta de temporada. La **Ensalada** incluye: Lechuga, Tomate, Aceitunas, Maiz y Zanahoria rallada. El presente menú ha sido calibrado y revisado por Dietista Colegiado CV00639. **Información sobre alérgenos:** Está a su disposición ficha relativa a los alérgenos de cada menú diario con el correspondiente desglose por alimentos de cada plato servido en este Centro. **Menú Colegial, S.L. 687-475432**

DE LA CONSOLACIÓN BURRIANA

El presente menú ha sido calibrado y revisado por dietista colegiado CV00639

	Lunes				Martes				Miércoles				Jueves				Viernes			
<b>Primero</b>	Sopa de Jamón y Pollo con Fideos				Crema de Verduras				Arroz al Horno				Guisado de Alubias con Verduras				Espirales Bolognesa			
<b>Segundo</b>	Longanizas de Magro con Salsa de Tomate				Pechuga Plancha con Salsa de Manzana y Bolita de Arroz				Entremés Variado				Merluza en Tempura				Tortilla Francesa con Rollito de Pavo			
	Ensalada				Ensalada				Ensalada				Ensalada				Ensalada			
<b>Postre</b>	Plátano				Melón				Danonino Fresa				Manzana				Naranja			
	Leche				Leche				Fruta Variada				Leche				Zumo de Melocotón			
	Valor Nutricional				Valor Nutricional				Valor Nutricional				Valor Nutricional				Valor Nutricional			
	Kca	Pt	Hc (g)	Lip (g)	Kca	Pt	Hc (g)	Lip (g)	Kca	Pt	Hc (g)	Lip (g)	Kca	Pt	Hc (g)	Lip (g)	Kca	Pt	Hc (g)	Lip (g)
	787	35	86	35	742	41	104	21	877	40	105	34	634	37	68	26	732	34	77	32
<b>Propuesta cenas</b>	Verduras asadas. Tortilla de patata y cebolla. Pan y yogur.				Ensalada variada. Sepia estofada con patata, cebolla, alcachofa. Pan y fruta.				Ensalada variada. Bistec de potro con puré de patata. Pan y fruta.				Sopa de estrellitas. Queso fresco con Tomate natural. Pan y fruta.				Crema de verduras varias. Pescado blanco con rodaja de calabacín. Pan y fruta.			

**Información nutricional valorada para la etapa de PRIMARIA:**

La combinación de platos que ofrecemos en nuestros menús cubre las necesidades calóricas y nutricionales de todos los niños del Centro. Nuestros menús están totalmente **equilibrados**, al contar desde hace más de diez años con el asesoramiento de especialistas en nutrición a la hora de realizarlos. Una dieta correcta es aquella que aporta la cantidad de calorías necesarias, repartidas correctamente en grupos de alimentos y que, al mismo tiempo, asegura una cantidad de vitaminas y oligoelementos. Estamos a su disposición para aclarar cuantas dudas les surjan sobre lo que comen sus hijos en este Centro (cantidades, productos, marcas, etc.). **La fruta variada** incluye: Pera, Plátano, Manzana, Naranja y Fruta de temporada. **La Ensalada** incluye: Lechuga, Tomate, Aceitunas, Maiz y Zanahoria rallada. El presente menú ha sido calibrado y revisado por Dietista Colegiado CV00639. **Información sobre alérgenos:** Está a su disposición ficha relativa a los alérgenos de cada menú diario con el correspondiente desglose por alimentos de cada plato servido en este Centro. **Menú Colegial, S.L. 687-475432**

## DE LA CONSOLACIÓN BURRIANA

*El presente menú ha sido calibrado y revisado por dietista colegiado CV00639*

(Valorado para la etapa de PRIMARIA) 4ª Semana (Del 22 al 26 de noviembre de 2021)

### **Información nutricional valorada para la etapa de PRIMARIA:**

La combinación de platos que ofrecemos en nuestros menús cubre las necesidades calóricas y nutricionales de todos los niños del Centro. Nuestros menús están totalmente **equilibrados**, al contar desde hace más de diez años con el asesoramiento de especialistas en nutrición a la hora de realizarlos. Una dieta correcta es aquella que aporta la cantidad de calorías necesarias, repartidas correctamente en grupos de alimentos y que, al mismo tiempo, asegura una cantidad de vitaminas y oligoelementos. Estamos a su disposición para aclarar cuantas dudas les surjan sobre lo que comen sus hijos en este Centro (cantidades, productos, marcas, etc.). **La fruta variada** incluye: Pera, Plátano, Manzana, Naranja y Fruta de temporada. La **Ensalada** incluye: Lechuga, Tomate, Aceitunas, Maiz y Zanahoria rallada. El presente menú ha sido calibrado y revisado por Dietista Colegiado CV00639. **Información sobre alérgenos:** Está a su disposición ficha relativa a los alérgenos de cada menú diario con el correspondiente desglose por alimentos de cada plato servido en este Centro. **Menú Colegial, S.L. 687-475432**