

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DÍA 2 FIESTA	DÍA 3 ARROZ A LA NAVARRA (POLLO, ALCACHOFA Y PIQUILLO) BACALAO REBOZADO CON PATATAS, TRIGUEROS Y PIMIENTOS CUAJADA DE BAZTÁN - PAN	DÍA 4 PATATAS CON CHORIZO LOMO A LA RIOJANA CON VERDURITAS FRUTAS DE CALAHORRA - PAN	DÍA 5 OLLA PODRIDA (JUDÍAS ROJAS CON PANCETA Y CHORIZO) TORTILLA PAISANA CON TOMATE DE MANSILLA HOJALDRES DE ASTORGA - LECHE - PAN	DÍA 6 CALDO GALLEGO MERLUZA A LA GALLEGA CON PATATAS AL VAPOR QUESO TETILLA Y MEMBRILLO - PAN
	ENERGÍA (Kcal.) 686 PROTEÍNAS (g.) 35 GRASA (g.) 25 H. CARBONO (g) 79 CENA SOPA DE ESTRELLA POLLO AL LIMÓN FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 769 PROTEÍNAS (g.) 22 GRASA (g.) 40 H. CARBONO (g) 78 CENA CHAMPIÑONES REHOGADOS SEPIA A LA PLANCHA FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 670 PROTEÍNAS (g.) 25 GRASA (g.) 29 H. CARBONO (g) 77 CENA CREMA DE VERDURAS POLLO CON ENSALADA FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 626 PROTEÍNAS (g.) 29 GRASA (g.) 25 H. CARBONO (g) 86 CENA GUISANTES CON JAMÓN SAN JACOBO CON ENSALADA YOGUR - PAN
DÍA 9 COLIFLOR GRATINADA CON BECHAMEL FRITURA DE PESCADO CON LECHUGA Y MAÍZ FRUTA - PAN	DÍA 10 CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIAS HAMBURGUESA DE TERNERA CON TOMATE Y PATATAS FRITAS FRUTA - PAN	DÍA 11 SOPA DE VERDURAS CON ARROZ INTEGRAL TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA Y ENSALADA DE LECHUGA Y SOJA FRUTA Y LECHE - PAN	DÍA 12 ESPIRALES BIO CON TOMATE Y QUESO MERLUZA MEUNIÉRE AL HORNO CON PATATAS AL VAPOR HELADO - PAN	DÍA 13 JUDÍAS BLANCAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO Y ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNA FRUTA Y LECHE - PAN
ENERGÍA (Kcal.) 652 PROTEÍNAS (g.) 26 GRASA (g.) 34 H. CARBONO (g) 61 CENA ESPINACAS CON JAMÓN FILETE DE TERNERA CON PATATAS FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 752 PROTEÍNAS (g.) 24 GRASA (g.) 32 H. CARBONO (g) 92 CENA ENSALADA MIXTA LENGUADO EN SALSA FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 670 PROTEÍNAS (g.) 22 GRASA (g.) 29 H. CARBONO (g) 81 CENA ARROZ TOMATE BACALAO AL HORNO YOGUR - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 672 PROTEÍNAS (g.) 23 GRASA (g.) 17 H. CARBONO (g) 105 CENA SOPA DE PESCADO SALCHICAS ENCEBOLLADAS FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 649 PROTEÍNAS (g.) 33 GRASA (g.) 20 H. CARBONO (g) 85 CENA CREMA DE PUERROS MERLUZA AL HORNO FRUTA - PAN
DÍA 16 FIESTA	DÍA 17 PANACHE DE VERDURAS SALTEADO CON CEBOLLA Y PAVO CANELONES DE ATÚN CON BECHAMEL Y SALSA DE TOMATE FRUTA - PAN	DÍA 18 CREMA DE CALABACÍN MAGRO CON TOMATE Y VERDURAS FRUTA Y LECHE - PAN	DÍA 19 SOPA DE FIDEOS ECOLÓGICOS , JAMÓN SERRRANO, PAVO Y HUEVO ALBÓNDIGAS DE TERNERA Y CERDO JARDINERA CON PATATAS DADO FRUTA Y LECHE - PAN	DÍA 20 ESPAGUETIS ECOLÓGICOS CON CEBOLLA, SALSA TOMATE Y QUESO MERLUZA AL LIMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ FRUTA - PAN
	ENERGÍA (Kcal.) 675 PROTEÍNAS (g.) 29 GRASA (g.) 25 H. CARBONO (g) 89 CENA SOPA DE POLLO LACÓN CON PATATAS FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 722 PROTEÍNAS (g.) 23 GRASA (g.) 36 H. CARBONO (g) 77 CENA ENSALADA CON MAÍZ ZANAHORIA SARDINAS FRITAS FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 651 PROTEÍNAS (g.) 30 GRASA (g.) 28 H. CARBONO (g) 66 CENA CREMA DE TOMATE TORTILLA QUESO CON ENSALADA FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 669 PROTEÍNAS (g.) 29 GRASA (g.) 18 H. CARBONO (g) 98 CENA ENSALADA DE TOMATE POLLO CHILINDRÓN CON PATATAS FRUTA - PAN
DÍA 23 CREMA DE ZANAHORIA CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS FRUTA - PAN	DÍA 24 JUDÍAS BLANCAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS TORTILLA DE PATATA, CALABACÍN Y CEBOLLA CON RODAJA DE TOMATE FRUTA - PAN	DÍA 25 PATATAS GUISADAS CON VERDURAS FILETE DE PESCADILLA ROMANA Y ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA Y LECHE - PAN	DÍA 26 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS COCIDO MADRILEÑO CON GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO Y PATATA FRUTA Y LECHE - PAN	DÍA 27 ARROZ CALDOSO CON POLLO Y GAMBAS BACALAO TEMPURA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ HELADO - PAN
ENERGÍA (Kcal.) 666 PROTEÍNAS (g.) 19 GRASA (g.) 33 H. CARBONO (g) 72 CENA VERDURAS ASADAS MERO A LA VIZCAÍNA FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 660 PROTEÍNAS (g.) 24 GRASA (g.) 23 H. CARBONO (g) 88 CENA SOPA DE ESTRELLAS POLLO AL LIMÓN FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 731 PROTEÍNAS (g.) 27 GRASA (g.) 28 H. CARBONO (g) 93 CENA GUISANTES CON JAMÓN SAN JACOBO CON ENSALADA FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 670 PROTEÍNAS (g.) 25 GRASA (g.) 19 H. CARBONO (g) 99 CENA CHAMPIÑONES REHOGADOS SEPIA A LA PLANCHA FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 634 PROTEÍNAS (g.) 23 GRASA (g.) 26 H. CARBONO (g) 77 CENA ENSALADA MIXTA SALCHICAS DE PAVO CON TOMATE FRUTA - PAN
DÍA 30 MACARRONES ECOLÓGICOS CON CEBOLLA, TOMATE Y QUESO HUEVOS REVUELTOS CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA - PAN	DÍA 31 SOPA DE POLLO Y VERDURAS CON FIDEOS ECOLÓGICOS LACÓN AL HORNO CON PATATAS FRUTA Y LECHE - PAN			
ENERGÍA (Kcal.) 684 PROTEÍNAS (g.) 27 GRASA (g.) 25 H. CARBONO (g) 88 CENA LOMBARDA CON PASAS Y PIÑONES ESCALOPE DE POLLO FRUTA - PAN	ENERGÍA (Kcal.) 678 PROTEÍNAS (g.) 29 GRASA (g.) 21 H. CARBONO (g) 93 CENA CREMA DE CALABACÍN Y PATATA TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA YOGUR - PAN			

En cumplimiento con el Reglamento UE 1169/2011, ponemos a su disposición información relativa a alérgenos. Puede solicitarlo al personal de Hotaza o bien puede descargarlo a través del siguiente enlace <https://hotaza.com/estudio-nutricional/>

Durante el mes de mayo y en función de su grado de maduración óptima, las frutas que serviremos serán: fresas, manzana, plátano, pera, sandía y melón. Los ingredientes de **color verde** son de procedencia ecológica.

ESTUDIO COMPARATIVO	ENERGÍA (Kcal.)	PROTEÍNAS (g.)	GRASA (g.)	H. CARBONO (g.)
Recomendación diaria (UCM)	2000	12-15%	30-35%	50-60%
Recomendación diaria 30-35%	600-700	12-15%	30-35%	50-60%
Aporte menú HOTAZA	680	16%	35%	50%



MAYO

MENÚ SIN GLUTEN

DÍA	MENÚ	CENAS
2	FIESTA	FIESTA
3	Arroz con alcachofas, pollo y piquillo Bacalao al horno con patatas, trigoero y pimienta Cuajada - Pan	Puré de verduras Filetes rusos con tomate natural Fruta - Pan
4	Patatas con chorizo Cinta de lomo con fritada de tomate y menestra Macedonia de frutas - Pan	Sopa de pasta sin gluten Merluza al horno Fruta - Pan
5	Alubias rojas con oreja, chorizo y panceta Tortilla paisana con tomate aliñado y aceitunas Manzana asada y leche - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur - Pan
6	Caldo gallego con legumbres Merluza a la gallega con patatas panadera Queso tetilla y membrillo - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
9	Coliflor salteada con ajo, vinagre y pimentón Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Espárragos con salsa rosa Filete de ternera con patatas Yogur - Pan
10	Crema de puerros y zanahorias Hamburguesa de ternera con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada completa Trucha al horno Yogur - Pan
11	Sopa de verduras con arroz Tortilla de patatas con cebolla, lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Ensalada mixta Pollo en pepitoria Fruta - Pan
12	Pasta sin gluten con cebolla y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Helado - Pan	Espárragos con salsa rosa Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
13	Judías blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Champiñones al ajillo Bacalao al horno Fruta - Pan
16	FIESTA	FIESTA
17	Panaché de verduras salteado con cebolla y pavo Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de pollo Costillas asadas Fruta - Pan
18	Crema de calabacín Magro con tomate verduras Fruta y Leche - Pan	Ensalada con maíz y zanahoria Redondo de ternera asado Fruta - Pan
19	Sopa de pollo con fideos Albóndigas de ternera jardinera Fruta y Leche - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
20	Pasta sin gluten con cebolla y tomate Merluza al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta - Pan	Ensalada de lechuga con tomate Salmón a la plancha Yogur - Pan
23	Crema de zanahoria Cinta de lomo fresca plancha con lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Sopa de estrellas Ensalada mixta Fruta - Pan
24	Judías blancas estofadas Tortilla de patata, calabacín y cebolla con rodaja de tomate Fruta - Pan	Verduras asadas Mero a la vizcaína Fruta - Pan
25	Patatas guisadas con verduras Filete de pescadilla plancha con lechuga y tomate Fruta y leche - Pan	Arroz a la cubana Cinta de lomo con ensalada Yogur - Pan
26	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, chorizo y patata Fruta y Leche - Pan	Champiñones rehogados Sepia a la plancha Fruta - Pan
27	Arroz caldoso con pollo y gambas Bacalao plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Helado - Pan	Sopa de estrellas Pollo al limón Fruta - Pan
30	Pasta sin gluten salteada con cebolla y tomate Huevos revueltos con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Sopa de pollo Costillas asadas Fruta - Pan
31	Sopa de pollo y verduras con fideos Lacón al horno con patatas Fruta y Leche - Pan	Ensalada con maíz y zanahoria Redondo de ternera asado Fruta - Pan

MAYO

MENÚ SIN HUEVO

DÍA	MENÚ	CENAS
2	FIESTA	FIESTA
3	Arroz con alcachofas, pollo y piquillo Bacalao al horno con patatas, trigoero y pimienta Cuajada - Pan	Puré de verduras Filetes rusos con tomate natural Fruta - Pan
4	Patatas con chorizo Cinta de lomo con fritada de tomate y menestra Macedonia de frutas - Pan	Sopa de pasta Merluza al horno Fruta - Pan
5	Alubias rojas con oreja, chorizo y panceta Filete de pollo con tomate aliñado y aceitunas Manzana asada y leche - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur - Pan
6	Caldo gallego con legumbres Merluza a la gallega con patatas panadera Queso tetilla y membrillo - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
9	Coliflor salteada con ajo, vinagre y pimentón Merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta - Pan	Espárragos a la vinagreta Filete de ternera con patatas Yogur - Pan
10	Crema de puerros y zanahorias Hamburguesa de ternera con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada completa Trucha al horno Yogur - Pan
11	Sopa de verduras con arroz Pavo plancha con cebolla lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Ensalada mixta Pollo en pepitoria Fruta - Pan
12	Pasta sin huevo con cebolla y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Helado - Pan	Espárragos a la vinagreta Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
13	Judías blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Champiñones al ajillo Bacalao al horno Fruta - Pan
16	FIESTA	FIESTA
16	Panaché de verduras salteado con cebolla y pavo Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de pollo Costillas asadas Fruta - Pan
17	Crema de calabacin Magro con tomate verduras Fruta y Leche - Pan	Ensalada con maíz y zanahoria Redondo de ternera asado Fruta - Pan
19	Sopa de pollo con fideos Albóndigas de ternera jardinera Fruta y Leche - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
20	Pasta sin huevo con cebolla y tomate Merluza al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta - Pan	Ensalada de lechuga con tomate Salmón a la plancha Yogur - Pan
23	Crema de zanahoria Cinta de lomo fresca plancha con lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Sopa de estrellas Ensalada mixta Fruta - Pan
24	Judías blancas estofadas Pavo plancha con rodaja de tomate Fruta - Pan	Verduras asadas Mero a la vizcaína Fruta - Pan
25	Patatas guisadas con verduras Filete de pescadilla plancha con lechuga y tomate Fruta y leche - Pan	Arroz con verduras Cinta de lomo con ensalada Yogur - Pan
26	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, chorizo y patata Fruta y Leche - Pan	Champiñones rehogados Sepia a la plancha Fruta - Pan
27	Arroz caldoso con pollo y gambas Bacalao plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Helado - Pan	Sopa de estrellas Pollo al limón Fruta - Pan
30	Pasta sin huevo salteada con cebolla y tomate Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Sopa de pollo Costillas asadas Fruta - Pan
31	Sopa de pollo y verduras con fideos Lacón al horno con patatas Fruta y Leche - Pan	Ensalada con maíz y zanahoria Redondo de ternera asado Fruta - Pan

DÍA	MENÚ	CENAS
2	FIESTA	FIESTA
3	Arroz con alcachofas, pollo y piquillo Bacalao al horno con patatas, trigoero y pimienta Fruta - Pan	Puré de verduras Filetes rusos con tomate natural Fruta - Pan
4	Patatas con chorizo Cinta de lomo con fritada de tomate y menestra Macedonia de frutas - Pan	Sopa de pasta Merluza al horno Fruta - Pan
5	Alubias rojas con oreja, chorizo y panceta Tortilla paisana con tomate aliñado y aceitunas Hojaldre de Astorga - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur de soja - Pan
6	Caldo gallego con legumbres Merluza a la gallega con patatas panadera Fruta y membrillo - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
9	Coliflor salteada con ajo, vinagre y pimentón Merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta - Pan	Espárragos con vinagreta Filete de ternera con patatas Yogur de soja - Pan
10	Crema de puerros y zanahorias Hamburguesa de ternera con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada completa Trucha al horno Yogur de soja - Pan
11	Sopa de verduras con arroz Tortilla de patatas con cebolla, lechuga y tomate Fruta - Pan	Ensalada mixta Pollo en pepitoria Fruta - Pan
12	Espirales con cebolla y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Espárragos con vinagreta Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
13	Judías blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Champiñones al ajillo Bacalao al horno Fruta - Pan
16	FIESTA	FIESTA
16	Panaché de verduras salteado con cebolla y pavo Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de pollo Costillas asadas Fruta - Pan
17	Crema de calabacín Magro con tomate verduras Fruta - Pan	Ensalada con maíz y zanahoria Redondo de ternera asado Fruta - Pan
19	Sopa de pollo con fideos Albóndigas de ternera jardinera Fruta - Pan	Crema de tomate Sardinias fritas Fruta - Pan
20	Espaguetis con tomate Merluza al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta - Pan	Ensalada de lechuga con tomate Salmón a la plancha Yogur de soja - Pan
23	Crema de zanahoria Cinta de lomo fresca plancha con lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Sopa de estrellas Ensalada mixta Fruta - Pan
24	Judías blancas estofadas Tortilla de patata, calabacín y cebolla con rodaja de tomate Fruta - Pan	Verduras asadas Mero a la vizcaína Fruta - Pan
25	Patatas guisadas con verduras Filete de pescadilla plancha con lechuga y tomate Fruta - Pan	Arroz a la cubana Cinta de lomo con ensalada Yogur de soja - Pan
26	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, chorizo y patata Fruta - Pan	Champiñones rehogados Sepia a la plancha Fruta - Pan
27	Arroz caldoso con pollo Bacalao plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de estrellas Pollo al limón Fruta - Pan
30	Macarrones con cebolla y tomate Huevos revueltos con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Sopa de pollo Costillas asadas Fruta - Pan
31	Sopa de pollo y verduras con fideos Lacón al horno con patatas Fruta - Pan	Ensalada con maíz y zanahoria Redondo de ternera asado Fruta - Pan

MENÚ SIN LACTOSA

DÍA	MENÚ	CENAS
2	FIESTA	FIESTA
3	Arroz con alcachofas, pollo y piquillo Bacalao al horno con patatas, triguero y pimienta ALPRO postre vainilla - Pan	Puré de verduras Filetes rusos con tomate natural Fruta - Pan
4	Patatas con chorizo Cinta de lomo con fritada de tomate y menestra Macedonia de frutas - Pan	Sopa de pasta Merluza al horno Fruta - Pan
5	Alubias rojas con oreja, chorizo y panceta Tortilla paisana con tomate aliñado y aceitunas Hojaldre de Astorga y leche de soja - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur sin lactosa - Pan
6	Caldo gallego con legumbres Merluza a la gallega con patatas panadera Yogur de soja y membrillo - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
9	Coliflor salteada con ajo, vinagre y pimentón Merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta - Pan	Espárragos con vinagreta Filete de ternera con patatas Yogur sin lactosa - Pan
10	Crema de puerros y zanahorias Hamburguesa de ternera con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada completa Trucha al horno Yogur sin lactosa - Pan
11	Sopa de verduras con arroz Tortilla de patatas con cebolla, lechuga y tomate Fruta y Leche de soja - Pan	Ensalada mixta Pollo en pepitoria Fruta - Pan
12	Espirales con cebolla y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur de soja - Pan	Espárragos con vinagreta Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
13	Judías blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y Leche de soja - Pan	Champiñones al ajillo Bacalao al horno Fruta - Pan
16	FIESTA	FIESTA
16	Panaché de verduras salteado con cebolla y pavo Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de pollo Costillas asadas Fruta - Pan
17	Crema de calabacín Magro con tomate verduras Fruta y Leche de soja - Pan	Ensalada con maíz y zanahoria Redondo de ternera asado Fruta - Pan
19	Sopa de pollo con fideos Albóndigas de ternera jardinera Fruta y Leche de soja - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
20	Espaguetis con tomate Merluza al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta - Pan	Ensalada de lechuga con tomate Salmón a la plancha Yogur sin lactosa - Pan
23	Crema de zanahoria Cinta de lomo fresca plancha con lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Sopa de estrellas Ensalada mixta Fruta - Pan
24	Judías blancas estofadas Tortilla de patata, calabacín y cebolla con rodaja de tomate Fruta - Pan	Verduras asadas Mero a la vizcaína Fruta - Pan
25	Patatas guisadas con verduras Filete de pescadilla plancha con lechuga y tomate Fruta y leche de soja - Pan	Arroz a la cubana Cinta de lomo con ensalada Yogur sin lactosa - Pan
26	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, chorizo y patata Fruta y Leche de soja - Pan	Champiñones rehogados Sepia a la plancha Fruta - Pan
27	Arroz caldoso con pollo Bacalao plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur de soja - Pan	Sopa de estrellas Pollo al limón Fruta - Pan
30	Macarrones con cebolla y tomate Huevos revueltos con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Sopa de pollo Costillas asadas Fruta - Pan
31	Sopa de pollo y verduras con fideos Lacón al horno con patatas Fruta y Leche de soja - Pan	Ensalada con maíz y zanahoria Redondo de ternera asado Fruta - Pan

MAYO

MENÚ SIN LEGUMBRE

DÍA	MENÚ	CENAS
2	FIESTA	FIESTA
3	Arroz con alcachofas, pollo y piquillo Bacalao al horno con patatas, trigoero y pimienta Cuajada - Pan	Puré de verduras Filetes rusos con tomate natural Fruta - Pan
4	Patatas con chorizo Lomo con fritada de tomate y menestra sin guisantes Macedonia de frutas - Pan	Sopa de pasta Merluza al horno Fruta - Pan
5	Brocoli salteado Tortilla paisana (Sin guisante) con tomate y aceitunas Hojaldre de Astorga y leche - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur - Pan
6	Caldo gallego sin legumbres Merluza a la gallega con patatas panadera Queso tetilla y membrillo - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
9	Coliflor salteada con ajo, vinagre y pimentón Merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz Fruta - Pan	Espárragos con salsa rosa Filete de ternera con patatas Yogur - Pan
10	Crema de puerros y zanahorias Hamburguesa de ternera con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada completa Trucha al horno Yogur - Pan
11	Sopa de verduras con arroz Tortilla de patatas con cebolla, lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Ensalada mixta Pollo en pepitoria Fruta - Pan
12	Espirales con cebolla y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Helado - Pan	Espárragos con salsa rosa Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
13	Macarrones con tomate Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Champiñones al ajillo Bacalao al horno Fruta - Pan
16	FIESTA	FIESTA
16	Panaché de verduras salteado con cebolla y pavo Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de pollo Costillas asadas Fruta - Pan
17	Crema de calabacín Magro con tomate verduras Fruta y Leche - Pan	Ensalada con maíz y zanahoria Redondo de ternera asado Fruta - Pan
19	Sopa de pollo con fideos Albóndigas de ternera jardinera Fruta y Leche - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
20	Espaguetis con tomate Merluza al limón con ensalada de lechuga y maíz Fruta - Pan	Ensalada de lechuga con tomate Salmón a la plancha Yogur - Pan
23	Crema de zanahoria Cinta de lomo plancha con lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Sopa de estrellas Ensalada mixta Fruta - Pan
24	Espaguetis salteados Tortilla de patata, calabacín y cebolla con rodaja de tomate Fruta - Pan	Verduras asadas Mero a la vizcaína Fruta - Pan
25	Patatas guisadas con verduras Filete de pescadilla romana y ensalada de lechuga y tomate Fruta y leche - Pan	Arroz a la cubana San jacob con ensalada Yogur - Pan
26	Sopa de ave con fideos Morcillo con tomate Fruta y Leche - Pan	Champiñones rehogados Sepia a la plancha Fruta - Pan
27	Arroz caldoso con pollo y gambas Bacalao tempura con ensalada de lechuga, tomate y maíz Helado - Pan	Sopa de estrellas Pollo al limón Fruta - Pan
30	Macarrones con cebolla y tomate Huevos revueltos con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Sopa de pollo Costillas asadas Fruta - Pan
31	Sopa de pollo y verduras con fideos Lacón al horno con patatas Fruta y Leche - Pan	Ensalada con maíz y zanahoria Redondo de ternera asado Fruta - Pan

MENÚ SIN PESCADO

DÍA	MENÚ	CENAS
2	FIESTA	FIESTA
3	Arroz con alcachofas, pollo y piquillo Filete de ternera con patatas, triguero y pimiento Cuajada - Pan	Puré de verduras Filetes rusos con tomate natural Fruta - Pan
4	Patatas con chorizo Cinta de lomo con fritada de tomate y menestra Macedonia de frutas - Pan	Sopa de pasta Nuggets de pollo con rodaja de tomate Fruta - Pan
5	Alubias rojas con oreja, chorizo y panceta Tortilla paisana con tomate aliñado y aceitunas Hojaldre de Astorga y leche - Pan	Crema de calabaza Ternera al horno con verduras Yogur - Pan
6	Caldo gallego con legumbres Hamburguesa de pollo plancha con patatas panadera Queso tetilla y membrillo - Pan	Repollo al ajo arriero Chuleta de pavo a la plancha Fruta - Pan
9	Coliflor salteada con ajo, vinagre y pimentón Pechuga de pollo con ensalada de lechuga y maíz Fruta - Pan	Espárragos con salsa rosa Filete de ternera con patatas Yogur - Pan
10	Crema de puerros y zanahorias Hamburguesa de ternera con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada completa Salchichas al horno con ensalada Yogur - Pan
11	Sopa de verduras con arroz Tortilla de patatas con cebolla, lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Ensalada mixta Pollo en pepitoria Fruta - Pan
12	Espirales con cebolla y tomate Pechuga de pollo con ensalada de lechuga y aceitunas Helado - Pan	Espárragos con salsa rosa Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
13	Judías blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y Leche - Pan	Champiñones al ajillo Chuleta de pavo al horno Fruta - Pan
16	FIESTA	FIESTA
16	Panaché de verduras salteado con cebolla y pavo Ternera plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta - Pan	Sopa de pollo Costillas asadas Fruta - Pan
17	Crema de calabacín Magro con tomate verduras Fruta y Leche - Pan	Ensalada con maíz y zanahoria Redondo de ternera asado Fruta - Pan
19	Sopa de pollo con fideos Albóndigas de ternera jardinera Fruta y Leche - Pan	Crema de tomate Croquetas de jamón con ensalada Fruta - Pan
20	Espaguetis con tomate Pollo plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta - Pan	Ensalada de lechuga con tomate Cinta de lomo con verduras Fruta - Pan
23	Crema de zanahoria Cinta de lomo plancha con lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Sopa de estrellas Ensalada mixta (sin atún) Fruta - Pan
24	Judías blancas estofadas Tortilla de patata, calabacín y cebolla con rodaja de tomate Fruta - Pan	Verduras asadas Ternera a la vizcaína Fruta - Pan
25	Patatas guisadas con verduras Filete de pollo plancha con lechuga y tomate Fruta y leche - Pan	Arroz a la cubana San jacob con ensalada Yogur - Pan
26	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, chorizo y patata Fruta y Leche - Pan	Champiñones rehogados Pechuga de pollo al curry Fruta - Pan
27	Arroz caldoso con pollo Ternera plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Helado - Pan	Sopa de estrellas Pollo al limón Fruta - Pan
30	Macarrones con cebolla y tomate Huevos revueltos con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Sopa de pollo Costillas asadas Fruta - Pan
31	Sopa de pollo y verduras con fideos Lacón al horno con patatas Fruta y Leche - Pan	Ensalada con maíz y zanahoria Redondo de ternera asado Fruta - Pan