

C.E.I.P. LOS ANGELES

Celíaco y Alérgico Lácteos

11 LUNES
ESPAGUETIS DE MAÍZ REHOGADOS CON BEICON Y ORÉGANO
 SAUTÉED CORN SPAGHETTI WITH BACON AND OREGANO

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
MELOCOTÓN EN ALMÍBAR
 PEACH IN SYRUP

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
654	81	37	20	6	205	4	127

12 MARTES
PURÉ DE VERDURAS
 VEGETABLE PURÉE

SALCHICHAS DE PAVO CON KÉTCHUP Y PATATA AL VAPOR
 TURKEY SAUSAGES WITH KETCHUP AND STEAMED POTATO

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUTA DEL TIEMPO
 SEASONAL FRUIT

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
627	60	22,3	32,9	11,3	174	4	674

13 MIÉRCOLES
LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS Y ARROZ
 LENTIL STEW WITH VEGETABLE AND RICE

TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA
 POTATO OMELETTE WITH LETTUCE, TOMATO AND CARROT SALAD

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUTA DEL TIEMPO
 FRUIT JELLY

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
849	114,4	38,7	25,2	6,1	257	9,2	825

14 JUEVES
PAELLA DE MARISCO
 SEAFOOD PAELLA

MUSLITOS DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, MAÍZ Y MANZANA
 CHICKEN IN GARLIC SAUCE WITH LETTUCE, CARROT, CORN AND APPLE SALAD

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUTA DEL TIEMPO
 SEASONAL FRUIT

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
592	77,5	34,8	15,1	2,8	116	6,2	317

15 VIERNES
SOPA DE COCIDO CON FIDEOS DE ARROZ
 RICE VERMICELLI SOUP

GARBANZOS CON REPOLLO, ZANAHORIA, PUERRO, CARNE DE TERNERA, POLLO, TOCINO Y CHORIZO
 CHICKPEA STEW WITH CABBAGE, CARROT, LEEK, VEAL, CHICKEN, FAT AND CHORIZO

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUTA DEL TIEMPO
 SEASONAL FRUIT

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
791	91,2	39,1	29,2	10,1	247	7,3	411

18 LUNES
SOPA MINISTRONE CON PASTA DE MAÍZ
 VEGETABLE SOUP WITH CORN PASTA

POLLO AL AJILLO CON TOMATE ALIÑADO
 CHICKEN IN GARLIC SAUCE WITH SEASONED TOMATO

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUTA DEL TIEMPO
 SEASONAL FRUIT

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
760	87	29	32	6	172	5	441

19 MARTES
BRÓCOLI SALTEADO CON YORK
 SAUTÉED BROCCOLI WITH BOILED HAM

ALBÓNDIGAS CON PATATAS DADO
 MEATBALLS WITH DICE POTATOES

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUTA DEL TIEMPO
 SEASONAL FRUIT

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
615	63	22	21	6	194	5	407

20 MIÉRCOLES
ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
 WHITE BEAN STEW WITH CHORIZO

BACALAO AL VAPOR CON PISTO
 STEAMED COD WITH RATATOUILLE

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUTA DEL TIEMPO
 FRUIT JELLY

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
653	61,9	45	24,4	6,3	236	5,2	617

21 JUEVES
CREMA DE CALABAZA
 PUMPKIN CREAM

ESCALOPINES DE CERDO EN SALSAS CON ARROZ
 PORK FILLETS IN SAUCE WITH RICE

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUTA DEL TIEMPO
 SEASONAL FRUIT

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
528	67,8	32,8	13,4	2,6	114	4,3	1148

22 VIERNES
LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS
 LENTIL STEW WITH VEGETABLE

TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
 POTATO OMELETTE WITH LETTUCE AND TOMATO SALAD

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUTA DEL TIEMPO
 SEASONAL FRUIT

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
675	89,2	30,8	20,8	3,7	145	8,6	580

25 LUNES
ARROZ A LA MILANESA CON YORK
 MILANESE STYLE RICE WITH BOILED HAM

MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA
 GRILLED HAKE WITH LETTUCE, TOMATO AND CARROT SALAD

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
PIÑA AL NATURAL
 PINEAPPLE

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
654	71,8	38,4	18,6	4,2	171	3,5	63

26 MARTES
JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON PATATA Y SALSAS DE TOMATE
 SAUTÉED GREEN BEANS WITH POTATO AND TOMATO SAUCE

MUSLITOS DE POLLO CON SALTEADO CAMPRESTRE
 CHICKEN DRUMSTICKS WITH SAUTÉED VEGETABLE SALAD

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUTA DEL TIEMPO
 SEASONAL FRUIT

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
515	57,1	29,5	18,2	3,2	157	6,1	341

27 MIÉRCOLES
SOPA DE COCIDO CON FIDEOS DE ARROZ
 RICE VERMICELLI SOUP

GARBANZOS CON REPOLLO, ZANAHORIA, PUERRO, CARNE DE TERNERA, POLLO, TOCINO Y CHORIZO
 CHICKPEA STEW WITH CABBAGE, CARROT, LEEK, VEAL, CHICKEN, FAT AND CHORIZO

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUTA DEL TIEMPO
 SEASONAL FRUIT

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
791	91,2	39,1	29,2	10,1	247	7,3	411

28 JUEVES
PURÉ DE VERDURAS
 VEGETABLE PURÉE

LOMO DE CERDO EN SALSAS CON PATATAS FRITAS
 PORK FILLETS IN SAUCE WITH FRENCH FRIES

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUTA DEL TIEMPO
 SEASONAL FRUIT

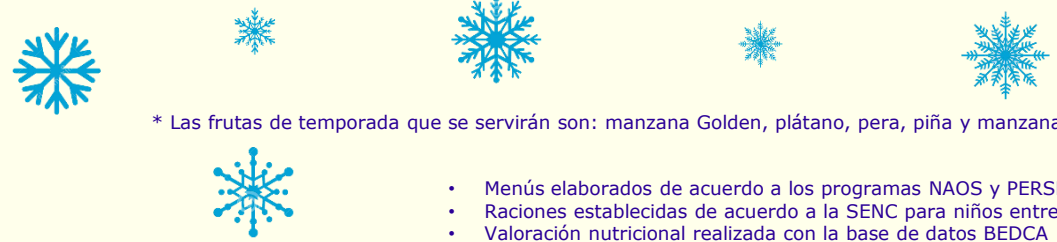
ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
578	65	31,5	20,9	3,2	122	4,1	1038

29 VIERNES
MENÚ INTERNACIONAL: E.E.U.U.
SAUTÉED CORN MACARONI WITH OLIVE OIL AND BASIL
 MACARRONES DE MAÍZ REHOGADOS CON ACEITE DE OLIVA Y ALBAHACA

BURGER WITH KETCHUP AND SALAD
 HAMBURGUESA CON KETCHUP Y ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

PAN DE MAÍZ
 CORN BREAD
FRUIT JELLY
 GELATINA

ENERGIA (KCAL)	H.CARB (G)	PROTEINA (G)	LÍPIDOS (G)	AGS (G)	CALCIO (MG)	HIERRO (MG)	VIT. A (UG)
799	109	26,1	28	8,1	165	4	100



* Las frutas de temporada que se servirán son: manzana Golden, plátano, pera, piña y manzana Royal Gala

- Menús elaborados de acuerdo a los programas NAOS y PERSEO
- Raciones establecidas de acuerdo a la SENC para niños entre 7-12 años
- Valoración nutricional realizada con la base de datos BEDCA