



C.E.I.P. LOS ANGELES Alérgicos Lácteos

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

PESCADILLA EN SALSA VERDE CON GUISANTES Y ESPÁRRAGOS
YOUNG HAKE IN GREEN SAUCE WITH PEAS AND ASPARAGUS

PAN 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 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 BREAD
GELATINA
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 INTEGRAL WHOLE-GRAIN 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
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 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
VEGETABLE SOUP WITH PASTA

RABAS DE CALAMAR CON TOMATE ALIÑADO
BREADED CALAMARI WITH SEASONED TOMATO

PAN 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 EN SALSA CON PATATAS DADO
MEATBALLS IN SAUCE WITH DICE POTATOES

PAN 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 GUIADAS CON CHORIZO
WHITE BEAN STEW WITH CHORIZO

BACALAO A LA ROMANA CON PISTO
BATTERED COD WITH RATATOUILLE

PAN BREAD
GELATINA
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 SALSA CON ARROZ
PORK FILLETS IN SAUCE WITH RICE

PAN INTEGRAL WHOLE-GRAIN 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 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 ROMANA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA
BATTERED HAKE WITH LETTUCE, TOMATO AND CARROT SALAD

PAN 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 SALSA DE TOMATE
SAUTÉED GREEN BEANS WITH POTATO AND TOMATO SAUCE

MUSLITOS DE POLLO EN PEPITORIA CON SALTEADO CAMPESTRE
CHICKEN DRUMSTICKS IN SAUCE WITH SAUTÉED VEGETABLE

PAN INTEGRAL WHOLE-GRAIN 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
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 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 SALSA CON PATATAS FRITAS
PORK FILLETS IN SAUCE WITH FRENCH FRIES

PAN 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 MACARONI WITH OLIVE OIL AND BASIL
MACARRONES REHOGADOS CON ACEITE DE OLIVA Y ALBAHACA

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

BREAD PAN
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