Menú Mayo 2025
Colegio, Celíaco

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
28 - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Contramuslo de pollo al horno con salsa de tomate - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan sin gluten P: 14.03%, G: 31.54%, HC: 54.43%, Az: 30.49gr Sal: 1.08gr, AGS: 2.44gr, 493.65 Kcal	**29** - Ensalada de lechuga, zanahoria, pepino y huevo duro - Pasta sin gluten con tomate y champiñones - Yogurt natural - Pan sin gluten P: 10.89%, G: 32.70%, HC: 56.41%, Az: 19.85gr Sal: 1.75gr, AGS: 4.65gr, 528.52 Kcal	**30** - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Tomate y pepino aliñado v1 - Manzana - Pan sin gluten P: 12.34%, G: 30.94%, HC: 56.73%, Az: 17.60gr Sal: 2.06gr, AGS: 2.83gr, 527.43 Kcal	**1**	**2** - Sopa de arroz, patata, zanahoria y pollo - Bacalao al horno con ajitos v3 - Zanahoria hervida - Mandarina - Pan sin gluten P: 18.36%, G: 29.02%, HC: 52.62%, Az: 15.90gr Sal: 2.62gr, AGS: 1.72gr, 425.46 Kcal
5 - Crema de puerro, patata, calabacin y zanahoria v.1 - Merluza guisada en salsa verde - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano - Pan sin gluten P: 13.95%, G: 31.14%, HC: 54.91%, Az: 29.85gr Sal: 1.12gr, AGS: 2.41gr, 505.62 Kcal	**6** - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maiz y huevo duro - Pasta sin gluten con tomate, berenjena y queso - Mandarina - Pan sin gluten P: 10.39%, G: 32.33%, HC: 57.28%, Az: 13.47gr Sal: 1.50gr, AGS: 4.42gr, 527.61 Kcal	**7** - Cazuela de arroz con patata, limanda, guisantes y zanahoria - Omelet - Tomate aliñado - Pera - Pan sin gluten P: 15.06%, G: 34.94%, HC: 50.01%, Az: 16.41gr Sal: 1.93gr, AGS: 3.69gr, 516.16 Kcal	**8** - Arroz hervido con ajo, aove y sal - Albóndigas de pollo al horno con salsa de tomate v1 - Ensalada de brotes tiernos, tomate y manzana - Naranja - Pan sin gluten P: 14.31%, G: 35.15%, HC: 50.54%, Az: 11.94gr Sal: 1.36gr, AGS: 3.23gr, 528.95 Kcal	**9** - Potaje de garbanzos con verduras - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Ensalada de lechuga, pepino y queso fresco - Manzana - Pan sin gluten P: 12.76%, G: 36.74%, HC: 50.50%, Az: 16.71gr Sal: 0.82gr, AGS: 3.58gr, 550.58 Kcal
12 - Sopa de arroz sólo verduras - Salmón al limón al horno - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Manzana - Pan sin gluten P: 18.41%, G: 25.36%, HC: 56.22%, Az: 14.04gr Sal: 4.12gr, AGS: 2.18gr, 530.87 Kcal	**13** - Ensalada de lechuga, huevo duro, zanahoria, maíz y naranja - Pasta sin gluten con tomate, ternera y queso - Mandarina - Pan sin gluten P: 11.42%, G: 33.10%, HC: 55.48%, Az: 15.80gr Sal: 1.80gr, AGS: 4.23gr, 515.23 Kcal	**14** - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Tomate aliñado con aceitunas - Pera - Pan sin gluten P: 11.62%, G: 34.80%, HC: 53.58%, Az: 19.33gr Sal: 2.06gr, AGS: 3.33gr, 563.94 Kcal	**15** - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones - Bacalao al horno con ajitos v3 - Pisto de calabacin y berenjena en salsa de tomate - Fruta: plátano - Pan sin gluten P: 16.50%, G: 34.24%, HC: 49.26%, Az: 28.39gr Sal: 1.41gr, AGS: 2.39gr, 475.78 Kcal	**16** - Arroz guisado con pollo v.1 - Omelet - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Naranja - Pan sin gluten P: 15.99%, G: 32.76%, HC: 51.25%, Az: 12.73gr Sal: 1.78gr, AGS: 3.74gr, 532.15 Kcal
19 - Crema de espinacas, calabacín y cebolla - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano - Pan sin gluten P: 14.80%, G: 32.21%, HC: 52.99%, Az: 29.89gr Sal: 1.30gr, AGS: 2.58gr, 510.42 Kcal	**20** - Ensalada de pasta sin gluten con maiz, zanahoria , atún y aceitunas. - Omelet - Lechuga aliñada - Pera - Pan sin gluten P: 14.54%, G: 34.30%, HC: 51.15%, Az: 15.58gr Sal: 1.75gr, AGS: 3.77gr, 515.99 Kcal	**21** - Arroz hervido con tomate - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras - Fresa - Pan sin gluten P: 13.49%, G: 35.01%, HC: 51.50%, Az: 8.73gr Sal: 1.22gr, AGS: 2.71gr, 516.69 Kcal	**22** - Potaje de garbanzos con verduras - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Ensalada de brotes tiernos, tomate y queso fresco - Naranja - Pan sin gluten P: 12.40%, G: 40.40%, HC: 47.20%, Az: 15.31gr Sal: 0.81gr, AGS: 4.03gr, 573.64 Kcal	**23** - Sopa minestrone con arroz - Bacalao al horno - Tomate aliñado con maiz - Fruta: plátano - Pan sin gluten P: 17.58%, G: 24.38%, HC: 58.04%, Az: 27.60gr Sal: 1.44gr, AGS: 1.74gr, 464.20 Kcal
26 - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y calabacín - Gallo al vapor con aove v.1 - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan sin gluten P: 15.77%, G: 30.14%, HC: 54.09%, Az: 28.62gr Sal: 1.11gr, AGS: 2.65gr, 573.65 Kcal	**27** - Ensalada de lechuga, tomate, huevo duro, maíz y aceitunas v1 - Pasta sin gluten con salsa de tomate, zanahoria, cebolla, pimiento y queso - Mandarina - Pan sin gluten P: 10.34%, G: 37.27%, HC: 52.39%, Az: 15.01gr Sal: 1.63gr, AGS: 4.51gr, 509.27 Kcal	**28** - Judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria v.1 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Menestra de zanahoria y brocoli hervida - Pera - Pan sin gluten P: 12.08%, G: 33.27%, HC: 54.65%, Az: 19.68gr Sal: 2.08gr, AGS: 3.14gr, 553.78 Kcal	**29** - Arroz hervido con ajo, aove y sal - Contramuslo de pollo asado al horno v1 - Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y aceitunas v1 - Manzana - Pan sin gluten P: 14.03%, G: 27.84%, HC: 58.13%, Az: 11.74gr Sal: 1.16gr, AGS: 1.91gr, 471.04 Kcal	**30** - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1 - Merluza al limón al horno - Tomate y pepino aliñado v1 - Fruta: plátano - Pan sin gluten P: 18.49%, G: 24.24%, HC: 57.27%, Az: 27.22gr Sal: 1.49gr, AGS: 1.78gr, 495.54 Kcal

F. Cáscara / Apio / Mostaza / Sésamo / SO2 / Moluscos / Altramuces / Gluten / Crustáceos / Huevos / Pescados / Cacahuetes / Soja / Lácteos

* NOTA INFORMATIVA PARA PADRES Y MADRES
La fruta podrá ser sustituida por zumo de naranja ecológica natural u otra fruta debido a las fluctuaciones del mercado de temporada.

Cátering El Cántaro. Tlf.: 951 10 27 48 - Ramón Hernández, 15. Polígono Villarosa. 29004 Málaga.