



hotelma

Európolis c/ Londres, 31 G
28230 Las Rozas (Madrid)
Tf. 91 637 73 15 Fax. 91 637 33 81
email: info@hotelma.es
www.hotelma.es



\* ESTOS MENÚS PUEDEN CONTENER LOS SIGUIENTES ALÉRGENOS:
GLUTEN, LÁCTEOS, CRUSTÁCEOS, HUEVO, PESCADO, MOLUSCOS, ALTRAMUCOS, CACAHUETES, APIO,
SÉSAMO, FRUTOS SECOS, SULFITOS, MOSTAZA Y SOJA.\*
PARA MAYOR INFORMACIÓN CONTACTE CON NOSOTROS.

MAYO 2024

CEIP LOS JARALES

HIDRÁTATE: BEBER AGUA ES

\* LEGUMBRE DE PROCEDENCIA ECOLÓGICA

Alérgicos Lentejas, garbanzos, judías verdes y guisantes

EN NUESTROS MENÚS POTENCIAMOS LOS PRODUCTOS DE TEMPORADA:

FRUTAS MAYO: AGUACATE, ALBARICOQUE, CEREZA, CIRUELA, GROSELLA, FRAMBUESA, FRESA, FRESÓN,
LIMÓN, MANDARINA, MELÓN, MELOCOTÓN, NARANJA, NÍSPERO, NECTARINA, PARAGUAYA, PIÑA,
PLÁTANO, POMELO Y SANDÍA

VERDURAS Y HORTALIZAS MAYO: ALCACHOFA, ACELGAS, AJO, BERENJENA, BRÓCOLI, CALABACÍN,
CALABAZA, CEBOLLA, COLIFLOR, CEBOLLETA, ESPÁRRAGOS, ESPINACAS, GUI SANTES, HABAS,
LECHUGA, NABO, PATATA, PEPINO, PIMIENTO, PUERRO, RÁBANO, REPOLLO, TOMATE Y ZANAHORIA

NUESTROS MENÚS ESTÁN ELABORADOS DE ACUERDO A LOS PROGRAMAS NAOS Y PERSEO.

RACIONES ESTABLECIDAS SEGÚN IDR PARA NIÑOS 6-9 AÑOS. (MOREIRAS Y COL. 2018).

VALORACIÓN NUTRICIONAL REALIZADA CON LA BASE DE DATOS BEDCA.

FUNDAMENTAL PARA NUESTRO CUERPO



6 LUNES FESTIVO LOCAL DAY- OFF

7 MARTES VERDURAS SALTEADAS SAUTÉED VEGETABLE CROQUETAS DE JAMÓN Y EMPANADILLAS CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAÍZ...

8 MIÉRCOLES ESPAGUETIS A LA CARBONARA CON BECHAMEL Y BEICON SPAGHETTI IN WHITE SAUCE WITH BACON...

9 JUEVES SOPA DE FIDEOS VERMICELLI SOUP REPOLLO REHOGADO CON ZANAHORIA, PATATA, TERNERA, POLLO, TOCINO Y CHORIZO...

10 VIERNES CREMA DE CALABACÍN COURGETTE CREAM ESTOFADO DE MAGRO DE CERDO EN SALSA DE ZANAHORIA Y ARROZ INTEGRAL...

13 LUNES MACARRONES A LA NAPOLITANA CON ALBAHACA NEAPOLITAN STYLE MACARONI WITH BASIL SALMÓN AL HORNO CON MAYONESA Y ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA...

14 MARTES PURÉ DE VERDURAS VEGETABLE PUREE ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS FRITAS MEATBALLS IN SAUCE WITH FRENCH FRIES...

15 MIÉRCOLES SOPA DE FIDEOS VERMICELLI SOUP CORDON BLEU DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ...

16 JUEVES ALUBIAS BLANCAS ECOLÓGICAS\* GUISADAS CON CHORIZO ECOLOGICAL WHITE BEAN STEW WITH CHORIZO...

17 VIERNES ARROZ SALTEADO CON HORTALIZAS SAUTÉED RICE WITH VEGETABLE PESCADILLA A LA ANDALUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE...

20 LUNES ENSALADA DE PASTA CON TOMATE, ZANAHORIA, MAÍZ Y ACEITUNAS PASTA SALAD WITH TOMATO, CARROT, CORN AND OLIVES...

21 MARTES ARROZ SALTEADO CON HORTALIZAS SAUTÉED RICE WITH VEGETABLE MERLUZA ORLY CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA...

22 MIÉRCOLES BRÓCOLI AL VAPOR CON ZANAHORIA STEAMED BROCCOLI WITH CARROT MUSLITOS DE POLLO ASADOS CON ARROZ INTEGRAL...

23 JUEVES PATATAS GUISADAS A LA RIOJANA CON CHORIZO RIOJANA STYLE POTATO STEW LOMO DE CERDO EMPANADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE...

24 VIERNES PURÉ DE VERDURAS VEGETABLE PUREE CANELONES DE ATÚN CON BECHAMEL TUNA CANNELONI WITH BECHAMEL...

27 LUNES VERDURAS SALTEADAS SAUTÉED VEGETABLE SALMÓN AL LIMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE...

28 MARTES ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE Y HUEVO COCIDO WHITE RICE WITH TOMATO SAUCE AND BOILED EGG...

29 MIÉRCOLES ENSALADA DE ALUBIAS ECOLÓGICAS\* CON HORTALIZAS Y ATÚN WHITE BEANS SALAD WITH VEGETABLE AND TUNA...

30 JUEVES CREMA DE CALABAZA PUMPKIN CREAM HAMBURGUESA CON KÉTCHUP Y PATATAS FRITAS...

31 VIERNES MENÚ INTERNACIONAL: MARRUECOS CUSCUS SALTEADO SAUTÉED COUS COUS TAJINE DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE...

\* VALORACIÓN NUTRICIONAL DEL VASO DE LECHE ENTERA NO INCLUIDA EN LA CALIBRACIÓN DEL DÍA.

\* LAS FRUTAS INDICADAS EN EL MENÚ PUEDEN ESTAR SUJETAS A INTERCAMBIO DE DÍA POR MOTIVOS DE MADURACIÓN