



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, A EXCEPCIÓN DE PESCADO, MOLUSCOS Y CRUSTÁCEOS, PUEDEN CONTENER LOS SIGUIENTES ALÉRGENOS: GLUTEN, LÁCTEOS, HUEVO, ALTRAMUCES, CACAHUETES, APIO, SÉSAMO, FRUTOS SECOS, SULFITOS, MOSTAZA Y SOJA." PARA MAYOR INFORMACIÓN CONTACTE CON NOSOTROS

JUNIO 2024
CEIP LOS JARALES
Alérgicos Pescado

* LEGUMBRE DE PROCEDENCIA ECOLÓGICA



EN NUESTROS MENÚS POTENCIAMOS LOS PRODUCTOS DE TEMPORADA:

FRUTAS JUNIO: ALBARICOQUE, BREVA, CEREZA, CIRUELA, FRAMBUESA, LIMÓN, KIWI, MANZANA, HIGO, MELOCOTÓN, MELÓN, NECTARINA, NARANJA, NÍSPERO, PERA, PIÑA, PLÁTANO, PARAGUAYA Y SANDÍA
VERDURAS JUNIO: ACELGA, AJO, ALCACHOFA, BERENJENA, BRÓCOLI, CALABACÍN, CEBOLLA, ESPÁRRAGOS, ESPINACAS, GUISANTES, LECHUGA, NABO, PATATA, PEPINO, PIMIENTO, PUERRO, RÁBANO, REPOLLO, TOMATE Y ZANAHORIA



3 LUNES
JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON YORK
CORDON BLEU DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MANZANA
PAN INTEGRAL
PLÁTANO
BANANA

4 MARTES
ALUBIAS BLANCAS ECOLÓGICAS* GUIADASAS CON CHORIZO
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAÍZ
PAN BREAD
NECTARINA
NECTARINE

5 MIÉRCOLES
ENSALADA DE PASTA CON TOMATE, ZANAHORIA, MAÍZ Y YORK
MAGRO DE CERDO GUIASADO A LA JARDINERA CON VERDURITAS
PAN BREAD
MANZANA
APPLE

6 JUEVES
ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE Y HUEVO COCIDO
MUSLITOS DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA
PAN INTEGRAL WHOLE-GRAIN BREAD
YOGUR
YOGHURT

7 VIERNES
SOPA DE VECIADO CON FIDEOS
GARBANZOS ECOLÓGICOS* CON REPOLLO, ZANAHORIA, PATATA, TERNERA, POLLO, TOCINO Y CHORIZO
PAN BREAD
PERA (+ VASO DE LECHE OPCIONAL)*

10 LUNES
ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE Y QUESO
CHULETA DE CERDO CON ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y REMOLACHA
PAN BREAD
CIRUELA
PLUM

11 MARTES
BRÓCOLI SALTEADO CON BEICON
TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA
PAN INTEGRAL
PLÁTANO (+ VASO DE LECHE OPCIONAL)*
BANANA (+ OPTIONAL MILK GLASS)

12 MIÉRCOLES
ENSALADILLA RUSA
SAN JACOBO DE PAVO Y QUESO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
PAN INTEGRAL
PERA
PEAR

13 JUEVES
CREMA DE VERDURAS
ALBÓNDIGAS EN SALSA CON ARROZ INTEGRAL
PAN BREAD
MANZANA
APPLE

14 VIERNES
GARBANZOS ECOLÓGICOS* SALTEADOS CON HORTALIZAS
POLLO ASADO EN SALSA PEPI TORIA CON CHAMPIÑONES
PAN BREAD
YOGUR
YOGHURT

17 LUNES
GUISANTES SALTEADOS
HAMBURGUESA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y MAÍZ
PAN INTEGRAL
MANZANA
APPLE

18 MARTES
LENTEJAS ECOLÓGICAS* GUIADASAS CON CHORIZO
HUEVOS REVUELTOS CON YORK CON ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y MAÍZ
PAN BREAD
PLÁTANO
BANANA

19 MIÉRCOLES
PAELLA VALENCIANA
LOMO DE CERDO EMPANADO CON ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE
PAN BREAD
PERA (+ VASO DE LECHE OPCIONAL)*
PEAR (+ OPTIONAL MILK GLASS)

20 JUEVES
ENSALADA CAMPERA CON HORTALIZAS
FILETE DE POLLO CON PISTO
PAN INTEGRAL
NECTARINA
NECTARINE

21 VIERNES
PURÉ DE VERDURAS
PANINI CASERO DE YORK Y QUESO
HELADO
ICE-CREAM

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

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

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

