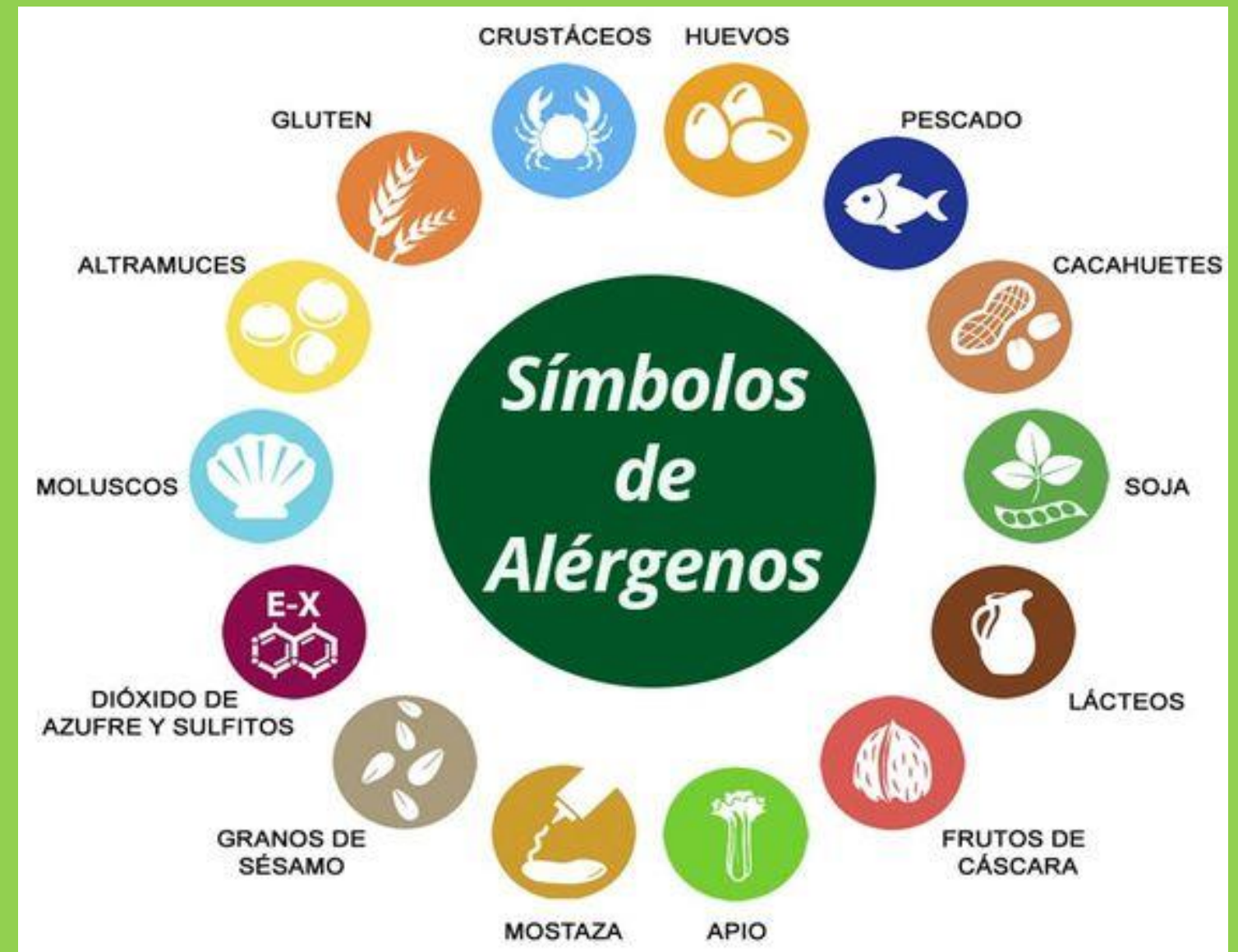


C P" VILLAFRÍA DE OTERO" - MENÚ MAYO 2024

<p>LUNES 6</p> <p>Arroz blanco con tomate Salchichas al horno Fruta fresca</p>	<p>LUNES 13</p> <p>Guisantes a la francesa Filetes de pollo a la plancha Fruta fresca</p>	<p>LUNES 20</p> <p>Judías verdes Lomo adobado a la plancha Fruta fresca</p>	<p>LUNES 27</p> <p>Ensalada mixta Arroz con pollo y salchichas Fruta fresca</p>
<p>MARTES 7</p> <p>Ensalada de escarola Fabada Yogurt natural 7</p>	<p>MARTES 14</p> <p>Ensalada de pasta Tortilla de jamón Fruta fresca 1 - 3</p>	 <p>MARTES 28</p> <p>Crema de verduras Albóndigas en salsa Yogurt natural</p>	<p>MARTES 28</p> <p>Crema de verduras Albóndigas en salsa Yogurt natural</p>
<p>MIÉRCOLES 8</p> <p>Crema de brócoli Salmón al horno Fruta fresca</p>	<p>MIÉRCOLES 15</p> <p>Lentejas estofadas Bacalao a la vizcaína Yogurt natural 7</p>	<p>MIÉRCOLES 22</p> <p>Fabes pintas Merluza a la romana Fruta fresca 1 - 7</p>	<p>MIÉRCOLES 29</p> <p>Negritos con arroz Pescado al horno Fruta fresca 7</p>
<p>JUEVES 9</p> <p>Garbanzos estofados Huevos a la mimosa Fruta fresca 3</p>	<p>JUEVES 16</p> <p>Sopa juliana Ternera guisada con guarnición Fruta fresca 1</p>	<p>JUEVES 23</p> <p>Ensalada caprese Patatas a la marinera Yogurt natural</p>	<p>JUEVES 30</p> <p>Ensalada de arroz Lomo asado con guarnición Fruta fresca</p>
<p>VIERNES 10</p> <p>Sopa de verduras Hamburguesa con tomatitos Fruta fresca 1</p>	<p>VIERNES 17</p> <p>Macarrones con tomate y queso Calamares Fruta fresca 1 - 3 - 7</p>	<p>VIERNES 24</p> <p>Lentejas estofadas Pizza Fruta fresca 1 - 3</p>	<p>VIERNES 31</p> <p>Garbanzos con bacalao Tortilla de pavo Fruta fresca 3</p>

INFORMACIÓN ALÉRGENOS
(numerados en cada menú diario)



ACLARACIONES MENÚ
<i>Fruta fresca: No se especifica a diario, ya que se sirve en función del estado de maduración. Semanalmente se sirve manzana, plátano, naranja y kiwi. Pudiendo cambiar una de las frutas semanal por pera o fruta de temporada como fresa, uva, melón o sandía.</i>
<i>El aceite utilizado en las preparaciones será de oliva para las frituras y virgen extra en los aliños. La sal siempre yodada.</i>
<i>Como única bebida agua, que será de grifo y servido en jarra.</i>
<i>Se sirve una ración diaria de pan al alumnado.</i>

RECOMENDACIONES PARA COMPLEMENTAR EL MENÚ ESCOLAR

Comedores
escolares DE ASTURIAS

Complementar el menú escolar: Comida y cena

	COMIDA	CENA
PRIMER PLATO	Hortalizas / verduras	Pasta, arroz o patata
	Pasta, arroz, patata o legumbre	Hortalizas / verduras
SEGUNDO PLATO	Carne	Pescado o huevo
	Huevo	Carne blanca o pescado
	Pescado	Huevo o carne blanca
	Legumbre	Carne blanca, pescado o huevo
GUARNICIÓN DEL SEGUNDO	Pasta, arroz, patata o legumbre	Hortalizas / verduras
	Hortalizas / verduras	Pasta, arroz o patata
POSTRE	Fruta fresca o lácteo	Fruta fresca

 *estrategia*
naos


GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS
CONSEJERÍA DE SALUD