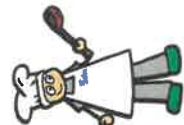
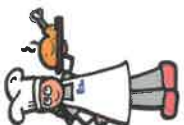
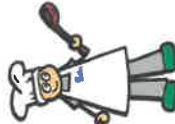



MAYO 2018

MARTES 1		MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4	
  Fiesta del Trabajo	Crema de zanahorias	Crema de acelgas	Rancho canario con judías		
	Tortilla española con salsa de tomate 3 Fruta	Paella mixta 4 Postre lácteo 7	Cinta de lomo en salsa con panaché de verduras Fruta		
MARTES 8		MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11	
Potaje de verduras	Sopa minestrone 1-9	Crema de judías	Crema de calabaza		
Jamonicos de muslos adobado con ensalada 6	Lomos de merluza Con panaché de verduras 4-12	Estofado de ternera a la jardinera 1	Macarrones con champiñones 1		
Postre lácteo 7	Fruta	Postre lácteo 7	Fruta		
MARTES 15		MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18	
Potaje de Bubango	Crema de acelgas	Rancho de calabaza	Potaje de berros		
Churros de pescada con ensalada 4-1.3	Tallarines a la boloñesa con queso 1-7	Cinta de lomo con menestra de verduras 1-3	Albóndigas en salsa con papas fritas 1-3		
Postre lácteo 7	Fruta	Postre lácteo 7	Fruta		
MARTES 22		MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25	
Sopa de verduras 1	Crema de judías pintas	Potaje de espinacas	Crema de calabaza		
Jamonicos de pollo al ajillo con salteado de verduras	Pescado a la andaluza con mojo y papas guisadas 4-12	Carne con papas	Croquetas de atún con ensalada tropical 1-3-7-6-4		
Postre lácteo 7	Fruta	Postre lácteo 7	Fruta		
MARTES 29		MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	 	
Potaje de berros	Potaje de verduras	Tallarines en salsa con queso 1-7			
Carne de fiesta con papas arrugadas mojo y refresco	Postre lácteo 7	Postre lácteo 7			
LUNES 7		LUNES 14		LUNES 21	
Potaje de calabacín	Lentejas compuestas	Arroz blanco con huevo duro 3	Fruta	Crema de zanahorias	Tortilla a la campesina Con salsa de tomate
Huevo salchichas papas fritas y salsa de tomate 3	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Postre lácteo 7
LUNES 28		MARTES 29		MARTES 29	
Potaje de lentejas	Carne de fiesta con papas arrugadas mojo y refresco	Postre lácteo 7	Postre lácteo 7	Postre lácteo 7	Postre lácteo 7
Huevo salchichas papas fritas y salsa de tomate 3	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Nota: Los números corresponden a los alérgenos que contiene el plato, según leyenda detrás indicada.

RECOMENDACIONES PARA LA CENA: La cena ha de complementar el resto de las tomas del día, por lo que deberá estar compuesta por grupos de alimentos que no se hayan consumido en la comida. La cena siempre ha de ser completa pero ligera, para favorecer un descanso reparador y contribuir a la ingesta adecuada de energía. Se deberá huir de preparaciones culinarias muy calóricas (precocinados fritos, guisos grasos) y se elegirán formas de cocinado que no añadan mucha grasa: plancha, horno, etc.