



C. Madre de Dios

Infantil

OCTUBRE 2010

Lunes
Monday

Martes
Tuesday

Miércoles
Wednesday

Jueves
Thursday

Viernes
Friday

4

GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS
STEW CHICKPEAS WITH VEGETABLES

EMPANADILLAS DE ATUN Y CROQUETAS DE BACALAO CON LECHUGA
TUNA PATTIES & COD CROQUETTES WITH LETTUCE

YOGURT-YOGURT
PAN BREAD

761 Kcal.
P.:10 HC.:60 L.:29 G.:9%

5

CREMA DE ESPINACAS
CREAM OF SPINACH

MAGRO DE CERDO CON GUI SANTES Y ZANAHORIA
PORK WITH PEAS AND CARROTS

FRUTA-FRUIT
PAN-BREAD

668 Kcal.
P.:20 HC.:37 P.:20 G.:9%

6

PATATAS A LA MARINERA
MARINERA POTATOES

ESCALOPE DE POLLO CON RODAJA DE TOMATE
CHIKEN SCALLOPS WITH NATURAL TOMATOE

FRUTA - FRUIT
PAN BREAD

721 Kcal.
P.:17 HC.:48 L.:30 G.:4%

7

ESPIRALES A LA NAPOLITANA
NAPOLITAN SPIRALS

PORCION DE MERLUZA REBOZADA CON PATATAS
BAKED HAKE FILLET WITH BAKED POTATOES

NATILLAS-NATILLAS
PAN BREAD

603 KCAL
P.:20 HC.:42 L.:35 G.:10%

8

ARROZ CON VERDURAS
RICE WITH VEGETABLES

TORTILLA ESPAÑOLA CON QUESO
SPANISH OMELETTE WITH CHEESE

FRUTA- FRUIT
PAN BREAD

663 Kcal.
P.:12 HC.:49 L.:37 G.:11%

11

JUDIAS VERDES CON TOMATE (PURE)
GREEN BEANS WITH TOMATOE

FILETES RUSOS CON SALSA DE CHAMPIÑON Y PATATA VAPOR
HAMBURGUER WITH MUSHROOM SAUCE AND POTATOE

FLAN-FLAN
PAN - BREAD

625 Kcal.
P.:19 HC.:43 L.:34 G.:4%

12

LENTEJAS CON VERDURAS
LENTILS WITH VEGETABLES

ROMBOS DE MERLUZA CON GUI SANTES
PIECE HAKE WITH PEAS

FRUTA-FRUIT
PAN - BREAD

635 Kcal
P21 HC:43 L:33 G:8%

13

CODITOS CON ATUN
NOODLE WITH TUNA

TORTILLA ESPAÑOLA CON CALABACIN
SPANISH OMELETTE WITH COURGETTE

FRUTA - FRUIT
PAN - BREAD

664 Kcal.
P.:18 HC.:54 L.:25 G.:6%

14

CREMA DE ZANAHORIA
CREAM OF CARROT

SALCHICHAS FRANKFURT AL HORNO CON LECHUGA
FRANKFURT SAUSAGE WITH LETTUCE

YOGURT-YOGURT
PAN - BREAD

648 Kcal
P.:16 HC.:41 L.:39 G.:6%

15

PAELLA MIXTA

VARITAS DE MERLUZA CON CALABACIN
BAKED HAKE WITH COURGETTE

FRUTA - FRUIT
PAN - BREAD

621 Kcal
P.:7 L:30 HC:60 G: 7%

18

PATATAS CON CALAMARES
SQUID WITH POTATOES

ALBONDIGAS DE TERNERA CON GUI SANTES
MEAT BALLS WITH PEAS

YOGURT-YOGURT
PAN - BREAD

744Kcal
P.:14 HC.:37 L.:42 G.:11%

19

ARROZ CON CHAMPIÑONES
RICE WITH MUSHROOM

PORCION DE MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA
PIECE OF HAKE WITH SALAD

FRUTA-FRUIT
PAN-BREAD

673 Kcal
P.:14 HC.:54 L.:30%

20

SOPA DE COCIDO
STEW SOUP

COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, CHORIZO, MORCILLO Y PATATA (PURE)
STEW WITH CHICKPEAS, CHORIZO, MEAT AND POTATOE

FRUTA-FRUIT
PAN-BREAD

648 Kcal.
P.:18 HC.:44 L.:36 G.:9%

21

ESPIRALES AL AJILLO CON TOMATE
SPIRALS WITH GARLIC AND TOMATOE

TORTILLA ESPAÑOLA GUI SADA
SPANISH OMELETTE WITH SAUCE

FLAN-FLAN
PAN - BREAD

725 Kcal.
P.:18 HC.:44 L.:36 G.:9%

22

CREMA DE CALABACIN
CREAM OF COURGETTE

VARITAS DE MERLUZA REBOZADA CON LECHUGA
HAKE IN BREADCRUMBS WITH LETUCCE

FRUTA - FRUIT
PAN - BREAD

673 Kcal
P.:14 HC.:54 L.:30%

25

FIDEUA A LA ALICANTINA

TORTILLA ESPAÑOLA GUI SADA
SPANISH OMELETTE WITH SAUCE

NATILLAS-NATILLAS
PAN - BREAD

707 Kcal
P.:17 L 30 H 40 G.:10%

26

JUDIAS BLANCAS CON VERDURAS
WITH BEANS WITH VEGETABLES

VARITAS DE MERLUZA CON PATATA COCIDA
HAKE BAKED WITH POTATOE

FRUTA-FRUIT
PAN - BREAD

685 Kcal
P.:14 HC.:42 L.:34 G.:9%

27

PATATAS CON MAGRO
POTATOES WITH MEAT

MUSLITOS DE POLLO ASADOS CON ENSALADA
ROAST CHICKEN WITH SALAD

FRUTA - FRUIT
PAN - BREAD

773 Kcal.
P.:18 HC.:41 L.:37 G.:6%

28

CREMA DE VERDURAS
CREAM OF VEGETABLES

SAN JACOBO CON DADOS DE CALABACIN
HAM WITH CHEESE AND COURGETTE

YOGURT-YOGURT
PAN - BREAD

662 Kcal.
P.:22 HC.:40 L.:35 G.:9%

29

JUDIAS VERDES AL AJILLO (PURE)
GREEN BEANS WITH GARLIC

ROMBOS DE MERLUZA CON GUI SANTES
PIECE HAKE WITH PEAS

FRUTA - FRUIT
PAN - BREAD

762 Kcal.
P.:22 HC.:40 L.:35 G.:9%



Vive el Mediterráneo salud, valores y cultura

Vivimos en un país con un estilo de vida mediterráneo que está considerado de los más saludables del mundo. Sin embargo, numerosos estudios muestran que cada vez nos alejamos más de este patrón.

Desde Scolarest queremos explicaros cuales son las claves de este estilo de vida profundizando en uno de los aspectos más importantes para la salud de vuestras familias: LA DIETA MEDITERRÁNEA.

Scolarest a su servicio en:
 C/ Pinar de San José 98, 1ª pl.
 28054-Madrid
 Telf. información 91 542 53 39



Eurest Colektividades, S.L.
 empresa certificada por

