

# COLEGIO VALLE DEL MIRO – MENÚ DE ED. INFANTIL– MONTH MAY 2024



|  |   | WEDNESDAY 1  | THURSDAY 2  | FRIDAY 3  |
|--|---|--|---|---|
| <div style="background-color: #800000; color: white; padding: 10px; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">FESTIVO VALDEMORO</div>  |   | <div style="background-color: #800000; color: white; padding: 10px; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">FESTIVO NACIONAL</div>   | <div style="background-color: #800000; color: white; padding: 10px; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">FESTIVO CAM</div>   | <div style="background-color: #800000; color: white; padding: 10px; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">NO LECTIVO</div>  |
| MONDAY 6   | TUESDAY 7   | WEDNESDAY 8  | THURSDAY 9  | FRIDAY 10   |
| <div style="background-color: #800000; color: white; padding: 10px; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">FESTIVO VALDEMORO</div>  | <p>Crema de zanahoria y calabacín<br/> <b>Carrot and courgette soup</b><br/>                     Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz<br/> <b>Spanish omelette with salad</b><br/>                     (Contiene huevo, puede contener sulfitos)<br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y yogur<br/> <i>464 Kcal 20g P 17g L 54g HC</i></p>  | <p>Macarrones boloñesa<br/> <b>Pasta bolognese</b><br/>                     (Contiene gluten, puede contener huevo)<br/>                     Merluza al horno con verduras<br/> <b>Baked hake with vegetables</b><br/>                     (Contiene pescado)<br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y fruta<br/> <i>469 Kcal 18g P 19g L 56g HC</i></p> | <p>Judías verdes con tomate<br/> <b>Green beans with tomato</b><br/>                     Lomo a la naranja con puré de patatas<br/> <b>Orange pork with mashed potatoes</b><br/>                     (Puede contener sulfitos)<br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y fruta<br/> <i>486 Kcal 20g P 19g L 52g HC</i></p>                     | <p>Sopa de cocido<br/> <b>Cocido soup</b><br/>                     (Contiene gluten, puede contener huevo)<br/>                     Cocido completo<br/> <b>Complete cocido</b><br/>                     (Contiene soja, puede contener sulfitos)<br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y yogur<br/> <i>699 Kcal 36g P 36g L 57 g HC</i></p> |
| MONDAY 13  | TUESDAY 14  | WEDNESDAY 15   | THURSDAY 16   | FRIDAY 17   |
| <p>Lentejas con arroz<br/> <b>Lentils with rice</b><br/>                     Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate<br/> <b>Grilled hake with salad</b><br/>                     (Contiene pescado)<br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y fruta<br/> <i>480 Kcal 20g P 17g L 57g HC</i></p>  | <p>Tallarines con tomate y chorizo<br/> <b>Spaghetti with tomato and chorizo</b><br/>                     (Contiene gluten, puede contener huevo)<br/>                     Tortilla de jamón con ensalada de lechuga y zanahoria<br/> <b>Ham omelette with salad</b><br/>                     (Contiene huevo)<br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y yogur<br/> <i>453 Kcal 19g P 19g L 51g HC</i></p> | <p>Crema Vichy<br/> <b>Carrot and pumpkin soup de zanahoria y calabaza</b><br/>                     Hamburguesa de ternera con patatas y tomate<br/> <b>Beef burger with potatoes and tomato</b><br/>                     (Puede contener sulfitos)<br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y fruta<br/> <i>495 Kcal 20g P 20g L 52g HC</i></p>           | <p>Arroz con verduras y pollo<br/> <b>Rice with vegetables and chicken</b><br/>                     Merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz<br/> <b>Baked hake with salad</b><br/>                     (Contiene pescado)<br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y fruta<br/> <i>503 Kcal 18g P 20g L 51g HC</i></p>                  | <p><b>JORNADA GALLEGA</b><br/> <b>Caldo gallego</b><br/> <i>Galician soup</i><br/> <b>Lacón a la gallega con cachelos</b><br/> <i>Pork with potato</i><br/>                     (Puede contener sulfitos)<br/> <b>Pan (Contiene gluten), agua y yogur</b><br/> <i>485Kcal 20g P 17g L 60g HC</i></p>  |
| MONDAY 20  | TUESDAY 21  | WEDNESDAY 22   | THURSDAY 23   | FRIDAY 24   |
| <p>Pasta de verduras con tomate y queso<br/> <b>Pasta with tomato and cheese</b><br/>                     (Contiene gluten y leche, puede contener huevo)<br/>                     Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate<br/> <b>Omelette with salad</b><br/>                     (Contiene huevo)<br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y fruta<br/> <i>466 Kcal 20g P 19g L 50g HC</i></p> | <p>Patatas riojana<br/> <b>Potato stew</b><br/>                     (Puede contener sulfitos)<br/>                     Merluza rebozada con ensalada de lechuga<br/> <b>Battered hake with salad y zanahoria</b><br/>                     (Contiene pescado y gluten)<br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y yogur<br/> <i>503 Kcal 18g P 20g L 51g HC</i></p>  | <p>Crema de calabacín, patata y quesito<br/> <b>Courgette, potato and cheese soup</b><br/>                     (Contiene leche, puede contener sulfitos)<br/>                     Lomo encebollado con champiñones<br/> <b>Pork with onions and mushrooms</b><br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y fruta<br/> <i>474 Kcal 18g P 19g L 46g HC</i></p> | <p>Sopa de cocido<br/> <b>Cocido soup</b><br/>                     (Contiene gluten, puede contener huevo)<br/>                     Cocido completo<br/> <b>Complete cocido</b><br/>                     (Contiene soja, puede contener sulfitos)<br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y fruta<br/> <i>699 Kcal 36g P 36g L 57 g HC</i></p> | <p>Arroz con verduras y salchichas<br/> <b>Rice with vegetables and sausages</b><br/>                     Merluza en salsa con guisantes<br/> <b>Hake in sauce with peas</b><br/>                     (Contiene pescado)<br/>                     Pan (Contiene gluten), agua y yogur<br/> <i>699 Kcal 36g P 36g L 57 g HC</i></p>                          |
| MONDAY 27  | TUESDAY 28  | WEDNESDAY 29   | THURSDAY 30   | FRIDAY 31   |

## COLEGIO VALLE DEL MIRO – MENÚ DE ED. INFANTIL– MONTH MAY 2024

|   |   |  |  |   |
|---|---|--|--|---|
| <p>Lentejas con verduras<br/><b>Lentils with vegetables</b><br/>(Puede contener sulfitos)<br/>Merluza a la plancha con<br/>ensalada de lechuga y tomate<br/><b>Grilled hake with salad</b><br/>(Contiene pescado)<br/>Pan (Contiene gluten), agua y fruta</p> | <p>Judías verdes con zanahorias<br/><b>Green beans with carrots</b><br/>Pollo al ajillo<br/>con patatas<br/><b>Garlic chicken with<br/>potatoes</b><br/>(Puede contener sulfitos)<br/>Pan (Contiene gluten), agua y yogur</p> | <p>Espaguetis carbonara<br/><b>Spaghetti carbonara</b><br/>(Contiene gluten y leche,<br/>puede contener huevo y soja)<br/>Tortilla francesa<br/>ensalada de lechuga y maíz<br/><b>Omelette with salad</b><br/>(Contiene huevo)<br/>Pan (Contiene gluten), agua y fruta</p> | <p>Crema de patata y puerro<br/><b>Potato and leek soup</b><br/>(Puede contener sulfitos)<br/>Albóndigas en salsa<br/>con menestra de verduras<br/><b>Meatballs in sauce with<br/>mixed vegetables</b><br/>(Contiene gluten, puede contener huevo, soja)<br/>Pan (Contiene gluten), agua y fruta</p> | <p>Arroz murciano<br/><i>De verduras y magro</i><br/><b>Vegetable and pork rice</b><br/>Merluza a la andaluza<br/>con pisto<br/><b>Andalucian hake with<br/>ratatouille</b><br/>(contiene pescado y gluten)<br/>Pan (Contiene gluten), agua y yogur</p> |
| <p>460 Kcal 20g P 17g L 52g HC</p>  | <p>474 Kcal 18g P 20g L 55g HC</p>  | <p>495 Kcal 20g P 20g L 52g HC</p>   | <p>503 Kcal 18g P 20g L 51g HC</p>   | <p>466 Kcal 19g P 18g L 54g HC</p>  |



COLEGIO VALLE DEL MIRO – MENÚ DE ED. INFANTIL– MONTH MAY 2024

# DINNER



|  |   | WEDNESDAY 1  | THURSDAY 2  | FRIDAY 3  |
|--|---|--|---|---|
|  |   | <b>FESTIVO NACIONAL</b>  | <b>FESTIVO CAM</b>  | <b>NO LECTIVO</b>   |
| MONDAY 6   | TUESDAY 7   | WEDNESDAY 8  | THURSDAY 9  | FRIDAY 10   |
| <b>FESTIVO VALDEMORO</b>   | Arroz con verduras<br>Pollo plancha<br>Pan, agua y fruta                    | Ensalada<br>Chipirones plancha<br>Pan, agua y yogur con fruta            | Quinoa con verduras<br>Huevo revuelto<br>Pan, agua y fruta                      | Ensalada completa<br>Gallo / lenguado a la plancha<br>Pan, agua y fruta |
| MONDAY 13  | TUESDAY 14  | WEDNESDAY 15   | THURSDAY 16   | FRIDAY 17   |
| Arroz con verduras<br>Rollito de pavo y queso<br>Pan, agua y fruta   | Patatas al horno<br>Dorada /corvina asada<br>Pan, agua y macedonia de fruta | Dips de verduras<br>Bocatin de queso tierno<br>Agua y macedonia de fruta | Pasta con tomate<br>Huevo a la plancha<br>Pan, agua y yogur                     | Vegetales gratinados<br>Pescadito al horno<br>Pan, agua y fruta         |
| MONDAY 20  | TUESDAY 21  | WEDNESDAY 22   | THURSDAY 23   | FRIDAY 24   |
| Verduras al wok<br>Pavo a la plancha<br>Pan, agua y yogur con frutas | Tomate aliñado<br>Filetito de ternera a la plancha<br>Pan, agua y fruta     | Ensalada<br>Pastel de pescado<br>Pan, agua y yogur                       | Pisto ligero<br>Huevo escalfado<br>Pan, agua y macedonia de fruta               | Consomé<br>Pizza casera<br>Agua y fruta                                 |
| MONDAY 27  | TUESDAY 28  | WEDNESDAY 29   | THURSDAY 30   | FRIDAY 31   |
| Patatas vapor<br>Lomo en salsa de manzana<br>Pan, agua y yogur       | Arroz blanco<br>Chipirones en su tinta<br>Pan, agua y fruta                 | Ensalada<br>Sándwich<br>Agua y yogur                                     | Verduras gratinadas<br>Dorada /corvina asada<br>Pan, agua y macedonia de frutas | Sopa de fideos<br>Tortilla paisana<br>Pan, agua y fruta                 |