

OBSERVACIONES SOBRE EL MENÚ DE ABRIL 2017

Ensalada Tropical: lechuga, pepino, maíz, pimiento, piña, zanahoria, surimi, salsa rosa

Salade croûtons et lardons: lechuga, bacon, tostones de pan, queso, cebolla







Ensalada de Otoño: lechuga, mezclum, pepino, pimiento, queso, membrillo

Ensalada de la huerta: lechuga, pepino, zanahoria, maíz

Verduras tricolor: judía verde, zanahoria, guisante, patata, cebolla

Ensalada de Cruautés: lechuga, pepino, maíz, rabanitos, espárragos blancos

Salade Niçoise: patata, judía verde, huevo cocido, atún, olivas negras, pimiento

COLOR	GRUPO DE ALIMENTOS	NUTRIENTES PRINCIPALES	ALIMENTOS
	Farináceos y feculentos	Hidratos de Carbono	Cereales, Patatas, Legumbres, Azúcares
	Carnes	Proteínas	Carnes, Huevos, Pescados
	Frutas y Verduras	Fibra, Hidratos de Carbono de absorción lenta,	Hortalizas crudas (ensaladas), Fruta fresca
	Frutas y Verduras	Vitaminas, Oligoelementos	Hortalizas cocidas, Verduras
	Lácteos	Calcio, Proteínas, Vitaminas liposolubles	Queso, Yogur, Postres lácteos
	Grasas y Aceites	Ácidos grasos	Aceites

Buffet de crudités y ensaladas (a partir de college) – Bol de crudités y ensaladas para los alumnos de Maternal y de Primaria

Pescado fresco según mercado: merluza, bacalao, salmón, cazón; al horno con salsa (tomate, verde, blanca, tártara o salsa fina) o a la andaluza

Fruta: plátano, manzana, pera, naranja, mandarina, melocotón en almíbar, piña en su jugo

Queso: Brie, Edam, Burgos, Manchego, Quesito, Havarty, Gouda, Emmental

ECO = producto ecológico 

Ternera de Girona: en fricandó, redondo, hamburguesa y albóndigas 

Plato o Menú propuesto por el alumnado de CE2 / 4ème en Comisión de Menús 