


CEIP CIUDAD DE CÓRDOBA - ABRIL 2024

Todas las comidas se acompañarán de pan blanco o integral y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres y pastas de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3 - Día Mundial del Arcoiris	4	5
	Espaguetis en salsa carbonara con nata, cebollita y bacon (1,3,6,7,10) Spaghetti in carbonara sauce w/ cream, onions and bacon Croquetas de bacalao con ens. Maíz y zanahoria (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Cod croquettes with Corn and carrot salad Fruta en almibar o en su jugo/ Fruit in syrup kcal 759 Lip 27,2 Prot 17,7 HdC 111	Guisantes rehogados Sautéed peas Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, tomate, orégano, laurel, ajo, caldo de verduras) con patatitas (1,6,12) Beef meatballs in grandma's sauce (onion, tomato, oregano, bay, garlic, vegetable broth) with fries Fruta y pan integral/ Seasonal fruit & wholemeal bread kcal 655 Lip 32,0 Prot 28,8 HdC 63	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Stew soup (poultry broth, leek, carrot, ECO noodles) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Complement to the stew: organic chickpeas, carrot, chicken, beef, chorizo Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 785 Lip 27,9 Prot 31,6 HdC 102	Marmitako (bacalao, pimiento rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria, caldo pescado) Marmitako (cod, red and green pepper, onion, tomato), Revuelto de huevo y queso con ensalada de lechuga (3,7) Scrambled egg and cheese with lettuce salad Lácteo/ Dairy kcal 691 Lip 29,1 Prot ## HdC 69
	Arroz tres delicias (zanahoria, maíz, embutido de pavo)(6) Three Delights Rice (carrot, corn, turkey deli meat) Filete de merluza a la Andaluza (1,4,6,10) con ensalada de la huerta Andalusian style hake fillet with garden salad Fruta y leche/ Seasonal fruit & milk kcal 783 Lip 20,2 Prot 53,0 HdC 97	Lentejas ECO con chorizo (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Organic lentils with chorizo (carrot, green and red peppers, onion, leek) Huevos cocidos con tomate frito casero (3) Boiled eggs with homemade fried tomato Pavo guisado en salsa con patatas dado (12) Stewed turkey in gravy with fries Macarrones boloñesa (carne picada de ternera, tomate, cebolla, zanahoria, caldo)(1,3,6,10) Macaroni Bolognese (minced beef, tomato, onion, carrot, broth) Sardinillas en conserva con ensalada (4) Sardines in oil with salad Puré de calabacín y puerros (12) Zucchini and leek puree	Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Orly Cauliflower Filete de Merluza en salsa con patatas dado (12) Stewed turkey in gravy with fries Macarrones boloñesa (carne picada de ternera, tomate, cebolla, zanahoria, caldo)(1,3,6,10) Macaroni Bolognese (minced beef, tomato, onion, carrot, broth) Sardinillas en conserva con ensalada (4) Sardines in oil with salad Pollo al ajillo con panadera (cebolla, ajo, AOVE, perejil) (12) Garlic chicken with baked potatoes (onion, garlic, oil, parsley)	Puré de calabacín y puerros (12) Zucchini and leek puree Pollo al ajillo con panadera (cebolla, ajo, AOVE, perejil) (12) Garlic chicken with baked potatoes (onion, garlic, oil, parsley) Lácteo/ Dairy kcal 676 Lip 23,9 Prot ## HdC 73
	Arroz con tomate Rice with tomato sauce Sepia rebozada con ensalada (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Battered cuttlefish with salad Fruta y leche/ Seasonal fruit & milk kcal 737 Lip 29,9 Prot 31,3 HdC 86	Judías pintas a la hotelana (zanahoria, cebolla, pimiento) (12) Stewed beans (carrot, onion, pepper) Tortilla española (patata y cebolla) con ensalada de lechuga (3,12) Spanish omelette (potato and onion) with lettuce salad Filete de Merluza en salsa con ensalada (4) Hake fillet in sauce with salad Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Complement to the stew: organic chickpeas, carrot, chicken, beef, chorizo Brócoli rehogado con ajitos Broccoli sautéed with garlic Krussy burger (mamburguesa de ternera en salsa(cebolla, caldo, ajo) con patatas fritas (1,4,7,12)) Beef burger in sauce with fries	Fruta y pan integral/ Seasonal fruit & wholemeal bread kcal 663 Lip 26,4 Prot 31,2 HdC 75 Fruta y pan integral/ Seasonal fruit & wholemeal bread kcal 638 Lip 15,3 Prot 31,3 HdC 94 Fruta y pan integral/ Seasonal fruit & wholemeal bread kcal 672 Lip 26,2 Prot 31,5 HdC 78	Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 725 Lip 30,0 Prot 32,4 HdC 81 Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 785 Lip 27,9 Prot 31,6 HdC 102 Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 761 Lip 20,6 Prot 39,1 HdC 105
	15 - Día del Niño Arroz con tomate Rice with tomato sauce Sepia rebozada con ensalada (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Battered cuttlefish with salad Fruta y leche/ Seasonal fruit & milk kcal 737 Lip 29,9 Prot 31,3 HdC 86	16 Judías pintas a la hotelana (zanahoria, cebolla, pimiento) (12) Stewed beans (carrot, onion, pepper) Tortilla española (patata y cebolla) con ensalada de lechuga (3,12) Spanish omelette (potato and onion) with lettuce salad Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 611 Lip 15,6 Prot 20,4 HdC 97	17 Fideuá mixta (caldo de ave, ragout de pollo, laurel, pimiento verde y rojo, ajo, cebolla, Mixed fideua (poultry broth, chicken ragout, bay, green and red pepper, garlic, onion, carrot) Filete de Merluza en salsa con ensalada (4) Hake fillet in sauce with salad Fruta y pan integral/ Seasonal fruit & wholemeal bread kcal 638 Lip 15,3 Prot 31,3 HdC 94	18 Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Stew soup (poultry broth, leek, carrot, ECO noodles) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Complement to the stew: organic chickpeas, carrot, chicken, beef, chorizo Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 725 Lip 30,0 Prot 32,4 HdC 81
22 - Día Internacional de la Madre Tierra Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Organic lentils with vegetables (carrot, green and red peppers, onion, leek) Huevos villarray c/ensalada de tomate (1,2,3,4,6,7,12,14) Villarray eggs w/tomato salad Fruta y leche/ Seasonal fruit & milk kcal 669 Lip 23,5 Prot 35,6 HdC 79	23 - Día Internacional del Libro Coditos con salsa de tomate casera y orégano (1,3,6,10) Pasta with homemade tomato sauce and oregano Bacalao a la bilbaína (con refrito de ajo) con patata panadera (4,12) Bilbao-style cod (with refried garlic) with baked potatoes Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 648 Lip 14,4 Prot 34,0 HdC 96	24 Patatas a la Riojana (zanahoria, pimiento, cebolla, chorizo) (12) Rioja-style potatoes (carrot, pepper, onion, chorizo) Pollo asado al laurel con ensalada Roasted bay chicken with salad Fruta y pan integral/ Seasonal fruit & wholemeal bread kcal 672 Lip 26,2 Prot 31,5 HdC 78	25 - Día Mundial de los Pingüinos Arroz Milanese (queso, cebolla, ajo, caldo de verduras) (7) Milanese rice (cheese, onion, garlic, vegetable broth) Filete de limanda a la romana con ens. De zanahoria y maíz (1,3,4,6,10) Battered fish fillet with carrot and corn salad Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 761 Lip 20,6 Prot 39,1 HdC 105	26 - Día Internacional del Perro Guía Judías verdes rehogadas Sautéed green beans Lomo de cerdo a la plancha con puré de patata (7,12) Grilled pork loin with mashed potatoes Lácteo/ Dairy kcal 600 Lip 25,3 Prot ## HdC 52
29 - Día Internacional de la Danza Crema de calabaza y zanahoria (12) Pumpkin and carrot cream Empanadillas caseras de caballa y tomate al horno con ensalada (1,3,4) Homemade fish and tomato baked dumplings with salad Fruta y leche/ Seasonal fruit & milk kcal 710 Lip 35,1 Prot 29,9 HdC 69	30 - Día del Jazz Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Stew soup (poultry broth, leek, carrot, ECO noodles) Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Complement to the stew: organic chickpeas, carrot, chicken, beef, chorizo Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 785 Lip 27,9 Prot 31,6 HdC 102	DECLARACIÓN DE ALERGENOS 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 1: Gluten, 2: Crustáceos, 3: Huevos, 4: Pescado, 5: Cacahuete, 6: Soja, 7: Leche, 8: Frutas cáscaras, 9: Apio, 10: Mostaza, 11: Sésamo, 12: Sulfitos, 13: Altramuces, 14: Moluscos	Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 710 Lip 35,1 Prot 29,9 HdC 69 Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 785 Lip 27,9 Prot 31,6 HdC 102	Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 710 Lip 35,1 Prot 29,9 HdC 69 Fruta de temporada/ Seasonal fruit kcal 785 Lip 27,9 Prot 31,6 HdC 102

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...




grupo_servicatering

ayre

CEIP CIUDAD DE CÓRDOBA - ABRIL 2024

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva**.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3 - Día Mundial del Arcoiris	4	5
	Espaguetis en salsa carbonara con nata, cebollita y bacon (1,3,6,7,10) Croquetas de bacalao con ens. Maíz y zanahoria (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14) Melocoton en almíbar o piña en su jugo	Guisantes rehogados Albóndigas de ternera en salsa de la abuela (cebolla, tomate, orégano, laurel, ajo, caldo de verduras) con patatitas (1,6,12) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Marmitako (bacalao, pimiento rojo y verde, cebolla, tomate, zanahoria, caldo pescado) (4,12) Revuelto de huevo y queso con ensalada de lechuga (3,7) Postre lácteo (7)
	kcal 759 Líp 27,2 Prot 17,7 HdC 111	kcal 655 Líp 32,0 Prot 28,8 HdC 63	kcal 785 Líp 27,9 Prot 31,6 HdC 102	kcal 691 Líp 29,1 Prot 38,0 HdC 69
8	9	10	11	12 - Día Mundial del Sándwich mixto
Arroz tres delicias (zanahoria, maíz, embutido de pavo)(6) Filete de merluza a la Andaluza (1,4,6,10) con ensalada de la huerta Fruta y leche (7)	Lentejas ECO con chorizo (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Huevos cocidos con tomate frito casero (3) Fruta de temporada	Coliflor Orly (1,2,4,7,14) Pavo guisado en salsa con patatas dado (12) Fruta de temporada y pan integral	Macarrones boloñesa (carne picada de ternera, tomate, cebolla, zanahoria, caldo)(1,3,6,10) Sardinillas en conserva con ensalada (4) Fruta de temporada	Puré de calabacín y puerros (12) Pollo al ajillo con panadera (cebolla, ajo, AOVE, perejil) (12) Postre lácteo (7)
kcal 783 Líp 20,2 Prot 53,0 HdC 97	kcal 731 Líp 28,2 Prot 31,8 HdC 88	kcal 663 Líp 26,4 Prot 31,2 HdC 75	kcal 725 Líp 30,0 Prot 32,4 HdC 81	kcal 676 Líp 23,9 Prot 42,6 HdC 73
15 - Día del Niño	16	17	18	19 - Día Mundial de los Simpsons (JORNADA GASTRONÓMICA)
Arroz con tomate Sepia rebozada con ensalada (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14) Fruta y leche (7)	Judías pintas a la hortelana (zanahoria, cebolla, pimiento) (12) Tortilla española (patata y cebolla) con ensalada de lechuga (3,12) Fruta de temporada	Fideuá mixta (caldo de ave, ragout de pollo, laurel, pimiento verde y rojo, ajo, cebolla, zanahoria)(1,3,6,10) Filete de Merluza en salsa con ensalada (4) Fruta de temporada y pan integral	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada	Brócoli rehogado con ajitos Krusty burger (Hamburguesa de ternera en salsa(cebolla, caldo,ajo) con patatas fritas (1,6,7,12) Postre lácteo (7)
kcal 737 Líp 29,9 Prot 31,3 HdC 86	kcal 611 Líp 15,6 Prot 20,4 HdC 97	kcal 638 Líp 15,3 Prot 31,3 HdC 94	kcal 785 Líp 27,9 Prot 31,6 HdC 102	kcal 622 Líp 32,1 Prot 24,9 HdC 58
22 - Día Internacional de la Madre Tierra	23 - Día Internacional del Libro	24	25 - Día Mundial de los Pingüinos	26 - Día Internacional del Perro Guía
Lentejas ECO campesinas (zanahoria, pim. verde y rojo, cebolla, puerro) Huevos villarroy c/ensalada de tomate (1,2,3,4,6,7,12,14) Fruta y leche (7)	Coditos con salsa de tomate casera y orégano (1,3,6,10) Bacalao a la bilbaína (con refrito de ajo) con patata panadera (4,12) Fruta de temporada	Patatas a la Riojana (zanahoria, pimiento, cebolla, chorizo) (12) Pollo asado al laurel con ensalada Fruta de temporada y pan integral	Arroz Milanesa (queso, cebolla, ajo, caldo de verduras) (7) Filete de limanda a la romana con ens. De zanahoria y maíz (1,3,4,6,10) Fruta de temporada	Judías verdes rehogadas Lomo de cerdo a la plancha con puré de patata (7,12) Postre lácteo (7)
kcal 669 Líp 23,5 Prot 35,6 HdC 79	kcal 648 Líp 14,4 Prot 34,0 HdC 96	kcal 672 Líp 26,2 Prot 31,5 HdC 78	kcal 761 Líp 20,6 Prot 39,1 HdC 105	kcal 600 Líp 25,3 Prot 40,6 HdC 52
29 - Día Internacional de la Danza	30 - Día del Jazz			
Crema de calabaza y zanahoria (12) Empanadillas caseras de caballa y tomate al horno con ensalada (1,3,4) Fruta y leche (7)	Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10) Complemento del cocido: garbanzos ECO , zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12) Fruta de temporada			
kcal 710 Líp 35,1 Prot 29,9 HdC 69	kcal 785 Líp 27,9 Prot 31,6 HdC 102			

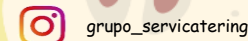
Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos.

Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, mandarinas...



DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos



SUGERENCIAS

DESAYUNOS

Lácteo (leche, yogur, queso, cuajada, etc..)
Pan integral tostado, galletas y/o cereales con o sin cacao (puro)
Pieza de fruta o zumo recién exprimido

MERIENDAS

Lácteo (leche, yogur, queso, cuajada, etc..)
Bocadillo o sándwich (integral) con fiambre
Pieza de fruta o zumo natural recién exprimido

CENAS

NO LECTIVO

Quiche de pollo y champiñones

Ensalada de tomate
Pastel frío de atún

Ensalada verde con vinagreta de limón
Muffins de verduras y queso

Guacamole con totopos caseros
Enchiladas mexicanas con mole

Sándwich de pollo con salsa César

Poke bowl hawaiano de langostinos

Pico de gallo
Salmón en salsa de leche de coco

Crema de espinacas
Tortilla de patatas

Ensalada de escarola con aguacate y caqui
Palitos de pizza pepperoni caseros

Setas a la plancha
Fricandó de ternera

Ensalada Cobb completa

Longanizas en salsa de tomate con patatas dado

Judías verdes
Galette Bretonne

Ensalada Griega
Boquerones fritos al limón

Ensalada de cous-cous con pinchitos morunos de pollo

Huevos a la flamenca (con tomate, jamón y guisantes)

Menestra de verduras
Calamares en salsa americana

Ensalada Waldorf
Solomillo de pavo con salsa de mostaza y miel

Crema de zanahoria con jengibre y cúrcuma
Pollo crujiente rebozado con cereales

Tomates rellenos con carne picada al horno

Hamburguesa completa de pescado



Los menús son supervisados por Dietistas – Nutricionistas.
Se dispone de las fichas técnicas de los platos a disposición del consumidor.



AYUDENOS A ALIMENTAR A SUS HIJOS



Come fruta

Verduras y hortalizas

Carnes, pescados, huevos y/o legumbres



Muévete

El PLATO SALUDABLE muestra las proporciones adecuadas de los grupos de alimentos que deben formar parte de las dos comidas principales: comida y cena. Pensado para conseguir que sus hijos sigan una dieta sana y equilibrada.



Bebe agua

Cereales integrales y/o tubérculos



Usa aceite de oliva para cocinar

GRUPO SERVICATERING

C/ Newton. Edificio 2 y naves 16 -18 · 28914 Leganés (Madrid).

Teléfonos: 91 428 20 48 – 91 498 40 14 · Fax: 91 428 20 49 Email: csservicatering@gruposervicatering.com



JORNADA GASTRONÓMICA

the SIMPSONS



BROCOLI REHOGADO CON AJITOS

MENU

KRUSTY BURGHER
(HAMBURGUESA EN SALSA
CON PATATAS FRITAS)

POSTRE, PAN Y AGUA

