

JUNIO 2017

			Jueves 1 <ul style="list-style-type: none">- Potaje de lentejas.- Atún en adobo y papas sancochadas.- Dos frutas naturales.	Viernes 2 <ul style="list-style-type: none">- Pure de berros.- Espirales a la carbonara o con salsa de tomate.- Dos frutas naturales.
Lunes 5 <ul style="list-style-type: none">- Caldo de judías, fideos y papas.- Pescado con alioli y ensalada de col, zanahoria y piña.- Dos frutas naturales.	Martes 6 <ul style="list-style-type: none">- Crema de zanahorias y brócoli.- Estofado de pollo con papas dado.- Dos frutas naturales.	Miércoles 7 <ul style="list-style-type: none">- Sopa de estrellitas.- Ropa vieja.- Dos frutas naturales.	Jueves 8 <ul style="list-style-type: none">- Potaje de espinacas.- Arroz con pescado y pota.- Dos frutas naturales.	Viernes 9 <ul style="list-style-type: none">- Rancho canario.- Rabas de calmar con ensalada canaria.- Dos frutas naturales.
Lunes 12 <ul style="list-style-type: none">- Crema de zanahorias y brócoli.- Macarrones con atún y tomate.- Dos frutas naturales.	Martes 13 <ul style="list-style-type: none">- Potaje de berros y judías.- Cinta de lomo en salsa de verduras y arroz.- Dos frutas naturales.	Miércoles 14 <ul style="list-style-type: none">- Crema de puerros y zanahorias.- Pescado con mojo y papas sancochadas.- Dos frutas naturales.	Jueves 15 <ul style="list-style-type: none">- Sopa de fideos.- Crujientitos de pollo con ensalada reina.- Dos frutas naturales.	Viernes 16 <ul style="list-style-type: none">- Potaje de lentejas.- Hamburguesas mixtas con tomate y arroz.- Dos frutas naturales.
Lunes 19 <ul style="list-style-type: none">- Crema de calabaza con picatostes.- Marmitako de atún.- Dos frutas naturales.	Martes 20 <ul style="list-style-type: none">- Potaje de verduras con queso tierno.- Pasta al pesto con dados de jamón.- Dos frutas naturales.	Miércoles 21 <ul style="list-style-type: none">- Potaje de espinacas y garbanzos.- Tortilla de papas con ensalada caprese.- Dos frutas naturales.	Jueves 22 <ul style="list-style-type: none">- Ensalada César.- Perritos y papas locas- Ambrosia.	Viernes 23 <ul style="list-style-type: none">- PICNIC VARIADO

¿Sabías que...?

El brócoli es un vegetal crucífero que contiene dos veces la cantidad de vitamina C de una naranja, casi la misma cantidad de calcio que la leche entera (con una mejor tasa de absorción), y también contiene propiedades anticancerígenas y antivirales.

¿Sabías que...?

Si te comes todo el primer plato, puedes repetir siempre del segundo - salvo cuando se componga de huevos estrellados, hamburguesas, arroz a la cubana y pizza -

INFORMACIÓN A LOS PADRES/MADRES DEL COLEGIO HEIDELBERG.

Los menús que figuran en el Plan de minutas son confeccionados por el personal de cocina de "BOANVA" en la cocina del Colegio. En el diseño de los mismos participa la Comisión de Comedor del Centro, integrada por una representación de la A.M.P.A.A., del personal del Colegio y de "BOANVA".

Los potajes, purés y cremas incorporan legumbres habitualmente.

Las salsas que complementan los menús programados son caseras (incluida la de tomate).

Todos los preparados alimenticios son elaborados en el Colegio, incluidas las croquetas los tacos crujientes de pollo, las albóndigas y las hamburguesas, salvo las salchichas y los canelones.

El aceite que se emplea para todas las producciones es: DE OLIVA.

Todos los menús incorporan, además, ENSALADA VARIADA, como opción a elegir por los alumnos.

El pescado que se sirve en los menús es, exclusivamente, fogonero, merluza, fula de altura, lenguado, peto o atún.

Las sopas siempre contienen verduras variadas, garbanzos, carne de ternera y de pollo.

Como es habitual, todos aquellos padres que tengan interés en comprobar la elaboración y el estado de los menús que se sirven a sus hijos, pueden hacerlo sin coste alguno.

¿Sabías que...?

El brócoli es un vegetal crucífero que contiene dos veces la cantidad de vitamina C de una naranja, casi la misma cantidad de calcio que la leche entera (con una mejor tasa de absorción), y también contiene propiedades anticancerígenas y antivirales.

¿Sabías que...?

Si te comes todo el primer plato, puedes repetir siempre del segundo - salvo cuando se componga de huevos estrellados, hamburguesas, arroz a la cubana y pizza -