

JUNIO 2017



COLEGIO
Heidelberg
GRAN CANARIA

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

¿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 -

Kindergarten



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 -