

Colegio Zurbarán



Menú de comedor

Marzo - 2023



Menú de Comedor - MARZO 2023



Lunes	Martes	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3
Kcal. Prot. Lip. H.C.	Kcal. Prot. Lip. H.C.	Kcal. 682 Prot. 24 Lip. 27 H.C. 77	Kcal. 594 Prot. 27 Lip. 24 H.C. 65	Kcal. 537 Prot. 17 Lip. 21 H.C. 64
		LENTEJAS TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN/ PIMIENTOS FRUTA	SOPA DE FIDEOS TERNERA A LA JARDINERA FRUTA	CREMA DE VERDURAS MERLUZA A LA ROMANA/ ENSALADA FRUTA
Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
Kcal. 734 Prot. 29 Lip. 39 H.C. 65	Kcal. 728 Prot. 22 Lip. 47 H.C. 51	Kcal. 717 Prot. 29 Lip. 32 H.C. 69	Kcal. 700 Prot. 37 Lip. 32 H.C. 61	Kcal. 633 Prot. 23 Lip. 18 H.C. 90
SOPA DE ESTRELLAS CINTA DE LOMO/AROS DE CEBOLLA YOGUR	CREMA DE ESPINACAS ESCALOPE DE POLLO/ENSALADA BIZCOCHO	JUDIAS PINTAS TORTILLA FRANCESA/PISTO FRUTA	CHAMPIÑÓN CON JAMÓN ALBÓNDIGAS CON PATATAS FRUTA	MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RABAS DE CALAMAR/ENSALADA FRUTA
Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Kcal. 788 Prot. 23 Lip. 37 H.C. 88	Kcal. 669 Prot. 33 Lip. 33 H.C. 56	Kcal. 671 Prot. 24 Lip. 33 H.C. 66	Kcal. 772 Prot. 35 Lip. 42 H.C. 58	Kcal. 701 Prot. 28 Lip. 25 H.C. 86
ARROZ BLANCO CON TOMATE SALCHICHAS CON HUEVO FRITO FRUTA	SOPA DE LETRAS POLLO CON SALSAS DE VERDURAS YOGUR	PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS FILETE DE PAVO/ENSALADA MACEDONIA DE FRUTAS	CREMA DE CALABACIN FILETES RUSOS/PATATAS FRITAS FRUTA	ESPAGUETIS CON PISTO Y ATUN LIMANDA CON ENSALADA FRUTA
Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Kcal. Prot. Lip. H.C.	Kcal. 738 Prot. 30 Lip. 36 H.C. 69	Kcal. 715 Prot. 31 Lip. 22 H.C. 91	Kcal. 703 Prot. 19 Lip. 39 H.C. 63	Kcal. 725 Prot. 31 Lip. 25 H.C. 92
NO LECTIVO	CREMA DE CALABAZA POLLO CON PATATAS YOGUR	COCIDO COMPLETO FRUTA	JUDIAS VERDES CON MAHONESA CROQUETAS CASERAS/ ENSALADA FRUTA	CODITOS CON TOMATE PEZ SAN PEDRO /ENSALADA NATILLAS
Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes
Kcal. 602 Prot. 19 Lip. 12 H.C. 100	Kcal. 628 Prot. 26 Lip. 28 H.C. 59	Kcal. 616 Prot. 31 Lip. 30 H.C. 52	Kcal. 686 Prot. 19 Lip. 18 H.C. 106	Kcal. Prot. Lip. H.C.
CREMA DE VERDURAS LASAÑA DE CARNE FRUTA	JUDIAS BLANCAS TORTILLA DE JAMON/ENSALADA FRUTA	SOPA DE LETRAS POLLO CON TOMATE YOGUR	FIDEUA EMPANADILLAS DE ATÚN FRUTA	



Menú de Comedor - March 2023

Monday	Tuesday	Wednesday 1	Thursday 2	Friday 3
Kcal. Prot. Lip. H.C.	Kcal. Prot. Lip. H.C.	Kcal. 682 Prot. 24 Lip. 27 H.C. 77	Kcal. 594 Prot. 27 Lip. 24 H.C. 65	Kcal. 537 Prot. 17 Lip. 21 H.C. 64
		LENTIL STEW SPANISH OMELETTE/GREEN PEPPER FRUIT	CHICKEN SOUP VEAL TO THE GARDENER FRUIT	VEGETABLES CREAM ROMANA HAKE/ SALAD FRUIT
Monday 6	Tuesday 7	Wednesday 8	Thursday 9	Friday 10
Kcal. 734 Prot. 29 Lip. 39 H.C. 65	Kcal. 728 Prot. 22 Lip. 47 H.C. 51	Kcal. 717 Prot. 29 Lip. 32 H.C. 69	Kcal. 700 Prot. 37 Lip. 32 H.C. 61	Kcal. 633 Prot. 23 Lip. 18 H.C. 90
STAR SOUP PORK LOIN/ ONION RINGS YOGHURT	SPINACH CREAM BREADED CHICKEN FILLET/SALAD HOMEMADE DESSERT	KIDNEY BEANS STEW OMELETTE/ TOMATO AND PEPPER FRUIT	MUSHROOM WITH HAM MEATBALLS WITH POTATOES FRUIT	MACARONI WITH TOMATO SAUCE SQUID SLICES/SALAD FRUIT
Monday 13	Tuesday 14	Wednesday 15	Thursday 16	Friday 17
Kcal. 788 Prot. 23 Lip. 37 H.C. 88	Kcal. 669 Prot. 33 Lip. 33 H.C. 56	Kcal. 671 Prot. 24 Lip. 33 H.C. 66	Kcal. 772 Prot. 35 Lip. 42 H.C. 58	Kcal. 701 Prot. 28 Lip. 25 H.C. 86
RICE WITH TOMATO SAUCE FRIED EGGS WITH SAUSAGES FRUIT	LETTUCE SOUP CHICKEN WITH VEGETABLE SAUCE YOGHURT	POTATOES STEW WITH RIBS TURKEY FILLET/ SALAD FRUIT SALAD	COURGETTE CREAM HAMBURGER WITH CHIPS FRUIT	SPAGHETTI WITH TUNA AND TOMATO LIMANDA WITH SALAD
Monday 20	Tuesday 21	Wednesday 22	Thursday 23	Friday 24
Kcal. Prot. Lip. H.C.	Kcal. 738 Prot. 30 Lip. 36 H.C. 69	Kcal. 715 Prot. 31 Lip. 22 H.C. 91	Kcal. 703 Prot. 19 Lip. 39 H.C. 63	Kcal. 725 Prot. 31 Lip. 25 H.C. 92
NON SCHOOL	PUMPKIN CREAM CHICKEN THIGHS WITH POTATOES YOGHURT	CHICKEN SOUP STEW WITH CHICKPEAS, MEAT, SAUSAGES AND CABBAGE FRUIT	GREEN BEANS WITH MAYONNAISE HOMEMADE CROQUETTES/SALAD FRUIT	PASTA WITH TOMATO SAUCE SAINT PETER FISH/SALAD HOMEMADE CUSTARD
Monday 27	Tuesday 28	Wednesday 29	Thursday 30	Friday
Kcal. 602 Prot. 19 Lip. 12 H.C. 100	Kcal. 628 Prot. 26 Lip. 28 H.C. 59	Kcal. 616 Prot. 31 Lip. 30 H.C. 52	Kcal. 686 Prot. 19 Lip. 18 H.C. 106	Kcal. Prot. Lip. H.C.
VEGETABLES CREAM LASAGNA WITH MEAT FRUIT	WHITE BEANS STEW HAM OMELETTE/SALAD FRUIT	LETTUCE SOUP CHICKEN WITH TOMATO SAUCE YOGHURT	FIDEUA TUNA PASTIES FRUIT	



Cenas / Dinners - Marzo 2021



Lunes	Martes	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3
		PASTA AL AJILLO + CHULETA DE PAVO CON ENSALADA + FRUTA PASTA WITH GARLIC, TURKEY CUTLEY, SALAD, FRUIT	ALCACHOFAS SALTEADAS + CALAMARES A LA ROMANA + FRUTA SAUTEED ARTICHOKE, ROMAN SQUID, FRUIT	ARROZ CON POLLO + TORTILLA DE ESPINACAS + YOGUR RICE WITH CHICKEN, SPINACH OMELETTE, YOGHURT
Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
GUISANTES CON JAMÓN + DORADA A LA PLANCHA CON ENSALADA + FRUTA PEAS WITH HAM, GRILLED BREAD, SALAD, FRUIT	ARROZ CON TOMATE + TORTILLA FRANCESA + FRUTA RICE WITH TOMATO SAUCE, OMELETTE, FRUIT	COLIFLOR CON MAYONESA + MERLUZA CON PATATAS + FRUTA CAULIFLOWER WITH MAYONNAISE, HAKE WITH POTATOES, FRUIT	PASTA BOLOÑESA + ESPINACAS CON JAMÓN + YOGUR PASTA BOLOGNESE, SPINACH WITH HAM, YOGHURT	CREMA DE CALABAZA + POLLO ASADO CON PATATAS + FRUTA PUMPKIN CREAM, GRILLED CHICKEN WITH CHIPS, FRUIT
Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
JUDÍAS VERDES CON PATATAS + SEPIA A LA PLANCHA CON ENSALADA + YOGUR GREEN BEANS WITH POTATOES, GRILLED CUTTLEFISH, SALAD, YOGHURT	GARBANZOS CON TOMATE + TORTILLA DE PATATAS + FRUTA CHICKPEAS WITH TOMATO SAUCE, SPANISH OMELETTE, FRUIT	SOPA DE AVE + CHAMPIÑONES AL AJILLO CON ENSALADA + FRUTA CHICKEN SOUP, MUSHROOMS WITH GARLIC, SALAD, FRUIT	ARROZ TRES DELICIAS + RAPE A LA ROMANA + FRUTA SPECIAL FRIED RICE, ROMAN MONKFISH, FRUIT	CREMA DE VERDURAS + LOMO SAJONIA CON PATATAS + FRUTA VEGETABLES CREAM, SAXONY LOIN WITH CHIPS, FRUIT
Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
NO LECTIVO	ARROZ CON TOMATE + LOMBARDA CON PASAS Y PIÑONES + FRUTA RICE WITH TOMATO SAUCE, RED CABBAGE WITH RAISINS AND PINIONS, FRUIT	PASTA AL AJILLO + TORTILLA DE JAMÓN CON PISTO + FRUTA PASTA WITH GARLIC, HAM OMELETTE WITH TOMATO AND PEPPER SAUCE, FRUIT	SOPA DE PICADILLO + BACALAO CON TOMATE + YOGUR PICADILLO SOUP, COD WITH TOMATO SAUCE, YOGHURT	ENSALADA DE JUDÍAS VERDES + SALCHICHAS AL VINO CON PURÉ DE PATATAS + FRUTA GREEN BEANS SALAD, SAUSAGES TO THE WINE WITH MASHED POTATOES, FRUIT
Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes
GUISANTES SALTEADOS CON JAMÓN Y HUEVO + TARTAR DE ATÚN + BATIDO DE FRUTAS PEAS WITH HAM AND EGG, TUNA TARTAR, FRUIT SHAKE	PASTA GRATINADA + LENGUADO EN PAPILOTE + YOGUR GRATIN PASTA, PAPILOTE SOLE, YOGHURT	ENSALADA DE GARBANZOS + TORTILLA DE QUESO + FRUTA CHICKPEAS SALAD, CHEESE OMELETTE, FRUIT	SOPA DE LETRAS + PAVO AL HORNO CON PATATAS + FRUTA LETTER SOUP, ROAST TURKEY WITH POTATOES, FRUIT	

El control de calidad de nuestro servicio de comedor está basado en el desarrollo de un sistema de análisis de peligros y puntos de control críticos APPCC, desarrollado de acuerdo con la normativa establecida en la Directiva Europea 93/43 y R.D. 2207/95 de la Comunidad de Madrid, sobre comedores escolares. Se ha contratado una auditoría externa con la empresa Sistemas Integrales de Calidad, encargada de verificar la excelencia de todo el servicio de suministro, manipulación y distribución de alimentos elaborados en nuestras instalaciones, realizándose periódicos análisis de los alimentos, en bruto y elaborados, así como la valoración de los menús y las cenas recomendados para una correcta alimentación. Todo el sistema está supervisado por el servicio de Salud pública del Área V de la Comunidad de Madrid.