



Colegio Diocesano Sagrado Corazón de Jesús

Propuestas de cenas – Mayo 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5
Picadillo de tomate Calamares a la plancha con verduras salteadas Yogurt	Judías verdes aliñadas Tortilla a la francesa con gambas Yogurt	Arroz tres delicias Pescado cocido con verduras Fruta del tiempo	Espárragos salteados con jamón Empanadilla de atún Yogurt	Escalibada Pez espada con salsa verde y ensalada de canónigos Yogurt
Día 8	Día 9	Día 10	Día 11	Día 12
Crema de verduras Tortilla de patatas cocidas con pimentada Yogurt	Caldo con fideos Pinchito de pollo con ensalada vegetal Fruta del tiempo	Pimentada Dorada a la espalda con cebolla y perejil Yogurt	Almejas a la marinera Atún a la plancha con ensalada vegetal Yogurt	Puré de patatas Hamburguesa de pollo con lechuga Yogurt
Día 15	Día 16	Día 17	Día 18	Día 19
Picadillo de tomate Calamares a la plancha con verduras salteadas Yogurt	Pan tostado con queso fresco Pinchitos de pollo con lechuga Yogurt	Ensalada vegetal Dorada a la espada con patatas aliñadas Yogurt	Crema de verduras Huevo pasado por agua con jamón Fruta del tiempo	Coliflor aliñada Empanadilla de atún Yogurt
Día 22	Día 23	Día 24	Día 25	Día 26
Crema de verduras Tortilla de patatas cocidas con pimentada Yogurt	Caldo con fideos Pinchito de pollo con ensalada vegetal Fruta del tiempo	Pimentada Dorada a la espada con patatas aliñadas Yogurt	Almejas a la marinera Atún a la plancha con ensalada vegetal Yogurt	Ensalada mixta Porción de pizza vegetal con jamón cocido Yogurt
Día 29	Día 30	Día 31	Día 1	Día 2
Crema de verduras Tortilla de patatas cocidas con pimentada Yogurt	Caldo con fideos Pinchito de pollo con ensalada vegetal Fruta del tiempo	Pimentada Dorada a la espalda con cebolla y perejil Yogurt	Puré de patatas Hamburguesa de pollo con lechuga Yogurt	Almejas a la marinera Atún a la plancha con ensalada vegetal Yogurt

NOTA: Los menús irán acompañados todos los días de pan blanco o integral (al menos 1/día) y agua.