

MAYO 2018

Menú Comedor



COLEGIO SANTA MARÍA LA BLANCA

MES DE LA ENSALADA

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Día de Madrid **

Hábito : "NO CORRO POR EL COMEDOR"

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			Macarrones al horno	Crema de calabacín
	Festivo	Festivo	Bacalao con ensalada de maíz y aceitunas	Salchichas con ensalada alemana (patata, mahonesa y mostaza)
			Yogurt	Manzana
			Pan blanco	Pan de picos
Ensalada cesar (iceberg, pollo, pan frito, queso y salsa cesar)	Crema de zanahoria y patatas	Ensalada mixta (lechuga, tomate, atún, huevo, zanahoria, maíz y aceitunas)	Espirales con chorizo	Ensalada de garbanzos
Tortilla de calabacín	Salmón en salsa de eneldo	Cordón blue de pavo	Merluza en salsa verde	Pollo guisado con arroz
Yogurt	Piña	Fresas	Leche frita	Plátano
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco	Pan de picos
Coditos carbonara		Crema de calabaza	Sopa de cocido **	Ensalada caprese (tomate, queso, mozzarella y aceite de albahaca)
Merluza a la romana con ensalada verde (espinacas, pepinillos y aceitunas)	Festivo	Revuelto de jamón	Cocido madrileño	Albóndigas a la jardinera
Yogurt		Manzana	Helado con barquillo	Plátano
Pan blanco		Pan chapata	Pan integral	Pan blanco
Ensalada de pasta	Judías verdes salteadas	Ensalada de arroz	Lentejas castellanas	Ensalada campera
Emperador en salsa	Lomo con patatas	Alitas de pollo asadas	Atún con ensalada de trigo tierno	Filetes rusos
Manzana	Yogurt	Piña	Plátano	Melocotón en almibar
Pan blanco	Pan integral	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco
Arroz con tomate	Ensaladilla rusa con atún y huevo	Ensalada farfalle (pasta, pollo, manzana, mahonesa, cebolla y bacon)	Gazpacho	
Gallo con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, cebolla y aceituna)	Pollo al limón	Costillas de cerdo al horno	Tortilla de patatas con ensalada de queso	
Yogurt	Sandía	Manzana	Plátano	
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata	

Menú Comedor intorelante al gluten

MAYO 2018



COLEGIO SANTA MARÍA LA BLANCA

MES DE LA ENSALADA

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Día de Madrid **

Hábito : "NO CORRO POR EL COMEDOR"

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			Macarrones al horno	Crema de calabacín
	Festivo	Festivo	Bacalao con ensalada de maíz y aceitunas	Salchichas con ensalada alemana (patata, mahonesa y mostaza)
			Yogurt	Manzana
			Pan blanco	Pan blanco
Ensalada de pollo (iceberg, pollo, queso)	Crema de zanahoria y patatas	Ensalada mixta (lechuga, tomate, atún, huevo, zanahoria, maíz y aceitunas)	Espirales con chorizo	Ensalada de garbanzos
Tortilla de calabacín	Salmón en salsa de eneldo	Cordón blue de pavo	Merluza en salsa verde	Pollo guisado con arroz
Yogurt	Piña	Fresas	Natillas	Plátano
Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco
Coditos carbonara		Crema de calabaza	Sopa de cocido **	Ensalada caprese (tomate, queso, mozzarella y aceite de albahaca)
Merluza a la romana con ensalada verde (espinacas, pepinillos y aceitunas)	Festivo	Revuelto de jamón	Cocido madrileño	Albóndigas a la jardinera
Yogurt		Manzana	Helado	Plátano
Pan blanco		Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco
Ensalada de pasta	Judías verdes salteadas	Ensalada de arroz	Lentejas castellanas	Ensalada campera
Emperador en salsa	Lomo con patatas	Alitas de pollo asadas	Atún con ensalada	Filetes rusos
Manzana	Yogurt	Piña	Plátano	Melocotón en almibar
Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco
Arroz con tomate	Ensaladilla rusa con atún y huevo	Ensalada farfalle (pasta, pollo, manzana, mahonesa, cebolla y bacon)	Gazpacho	
Gallo con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, cebolla y aceituna)	Pollo al limón	Costillas de cerdo al horno	Tortilla de patatas con ensalada de queso	
Yogurt	Sandía	Manzana	Plátano	
Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	Pan blanco	

MAYO 2018

Menú Comedor intolerante leche



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

MES DE LA ENSALADA

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Día de Madrid **

Hábito : "NO CORRO POR EL COMEDOR"

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			Macarrones al horno	Crema de calabacín
	Festivo	Festivo	Bacalao con ensalada de maíz y aceitunas	Salchichas con ensalada alemana (patata, mahonesa y mostaza)
			Yogurt	Manzana
			Pan blanco	Pan de picos
Ensalada de pollo (iceberg, pollo, pan frito)	Crema de zanahoria y patatas	Ensalada mixta (lechuga, tomate, atún, huevo, zanahoria, maíz y aceitunas)	Espirales con chorizo	Ensalada de garbanzos
Tortilla de calabacín	Salmón en salsa de eneldo	Delicias de pollo	Merluza en salsa verde	Pollo guisado con arroz
Yogurt de soja	Piña	Fresas	Yogurt de soja	Platano
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco	Pan de picos
Coditos con tomate		Crema de calabaza	Sopa de cocido **	Ensalada variada (tomate, atun y lechuga y aceite de albahaca)
Merluza a la romana con ensalada verde (espinacas, pepinillos y aceitunas)	Festivo	Revuelto de jamón	Cocido madrileño	Albóndigas a la jardinera
Yogurt		Manzana	Yogurt de soja	Plátano
Pan blanco		Pan chapata	Pan integral	Pan blanco
Ensalada de pasta	Judías verdes salteadas	Ensalada de arroz	Lentejas castellanas	Ensalada campera
Emperador en salsa	Lomo con patatas	Alitas de pollo asadas	Atún con ensalada de trigo tierno	Filetes rusos
Manzana	Yogurt de soja	Piña	Plátano	Melocotón en almibar
Pan blanco	Pan integral	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco
Arroz con tomate	Ensaladilla rusa con atún y huevo	Ensalada farfale (pasta, pollo, manzana, mahonesa, cebolla y bacon)	Gazpacho	
Gallo con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, cebolla y aceituna)	Pollo al limón	Costillas de cerdo al horno	Tortilla de patatas con ensalada	
Yogurt de soja	Sandía	Manzana	Plátano	
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata	

MAYO 2018

Menú comedor intolerante leche y huevo



COLEGIO SANTA MARÍA LA BLANCA

MES DE LA ENSALADA

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Día de Madrid **

Hábito : "NO CORRO POR EL COMEDOR"

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				Macarrones al horno	Crema de calabacín
		Festivo	Festivo	Bacalao con ensalada de maíz y aceitunas	Salchichas con ensalada
				Yogurt de soja	Manzana
				Pan blanco	Pan de picos
Ensalada de pollo (iceberg, pollo, pan frito)	Crema de zanahoria y patatas	Ensalada mixta (lechuga, tomate, atún, zanahoria, maíz y aceitunas)	Espirales con chorizo	Ensalada de garbanzos	
Filete a la plancha	Salmón en salsa de eneldo	Delicias de pollo	Merluza en salsa verde	Pollo guisado con arroz	
Yogurt de soja	Piña	Fresas	Yogurt de soja	Plátano	
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco	Pan de picos	
Coditos con tomate		Crema de calabaza	Sopa de cocido **	Ensalada caprese (tomate, atun y aceite de albahaca)	
Merluza con ensalada verde (espinacas, pepinillos y aceitunas)	Festivo	Pollo salteado	Cocido madrileño	Albóndigas a la jardinera	
Yogurt de soja		Manzana	Yogurt de soja	Plátano	
Pan blanco		Pan chapata	Pan integral	Pan blanco	
Ensalada de pasta	Judías verdes salteadas	Ensalada de arroz	Lentejas castellanas	Ensalada campera	
Emperador en salsa	Lomo con patatas	Alitas de pollo asadas	Atún con ensalada de trigo tierno	Filetes rusos	
Manzana	Yogurt	Piña	Plátano	Melocotón en almibar	
Pan blanco	Pan integral	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco	
Arroz con tomate	Ensaladilla rusa con atún sin mahonesa	Ensalada de pasta (pasta, pollo, manzana, cebolla y bacon)	Gazpacho		
Gallo con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, cebolla y aceituna)	Pollo al limón	Costillas de cerdo al horno	Filete con ensalada		
Yogurt de soja	Sandía	Manzana	Plátano		
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata		

MAYO 2018

Menú Comedor intolerante huevo



COLEGIO SANTA MARÍA LA BLANCA

MES DE LA ENSALADA

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Día de Madrid **

Hábito : "NO CORRO POR EL COMEDOR"

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			Macarrones al horno	Crema de calabacín
	Festivo	Festivo	Bacalao con ensalada de maíz y aceitunas	Salchichas con ensalada alemana
			Yogurt	Manzana
			Pan blanco	Pan de picos
Ensalada de pollo (iceberg, pollo, pan frito)	Crema de zanahoria y patatas	Ensalada mixta (lechuga, tomate, atún, zanahoria, maíz y aceitunas)	Espirales con chorizo	Ensalada de garbanzos
Filete a la plancha	Salmón en salsa de eneldo	Cordón blue de pavo	Merluza en salsa verde	Pollo guisado con arroz
Yogurt	Piña	Fresas	Natillas	Plátano
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco	Pan de picos
Coditos carbonara		Crema de calabaza	Sopa de cocido **	Ensalada caprese (tomate, queso, mozarella y aceite de albahaca)
Merluza a la romana con ensalada verde (espinacas, pepinillos y aceitunas)	Festivo	Pollo salteado	Cocido madrileño	Albóndigas a la jardinera
Yogurt		Manzana	Helado con barquillo	Plátano
Pan blanco		Pan chapata	Pan integral	Pan blanco
Ensalada de pasta	Judías verdes salteadas	Ensalada de arroz	Lentejas castellanas	Ensalada campera
Emperador en salsa	Lomo con patatas	Alitas de pollo asadas	Atún con ensalada de trigo tierno	Filetes rusos
Manzana	Yogurt	Piña	Plátano	Melocotón en almibar
Pan blanco	Pan integral	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco
Arroz con tomate	Ensaladilla rusa con atún sin mahonesa	Ensalada farfale (pasta, pollo, manzana, cebolla y bacon)	Gazpacho	
Gallo con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, cebolla y aceituna)	Pollo al limón	Costillas de cerdo al horno	Filete con ensalada de queso	
Yogurt	Sandía	Manzana	Plátano	
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata	

MAYO 2018

Menú Comedor intolerante legumbres



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

MES DE LA ENSALADA

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Día de Madrid **

Hábito : "NO CORRO POR EL COMEDOR"

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			Macarrones al horno	Crema de calabacín
	Festivo	Festivo	Bacalao con ensalada de maíz y aceitunas	Salchichas con ensalada alemana (patata, mahonesa y mostaza)
			Yogurt	Manzana
			Pan blanco	Pan de picos
Ensalada cesar (iceberg, pollo, pan frito, queso y salsa cesar)	Crema de zanahoria y patatas	Ensalada mixta (lechuga, tomate, atún, huevo, zanahoria, maíz y aceitunas)	Espirales con chorizo	Crema de calabaza
Tortilla de calabacín	Salmón en salsa de eneldo	Cordón blue de pavo	Merluza en salsa verde	Pollo guisado con arroz
Yogurt	Piña	Fresas	Leche frita	Plátano
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco	Pan de picos
Coditos carbonara		Crema de calabaza	Sopa de fideos	Ensalada caprese (tomate, queso, mozarella y aceite de albahaca)
Merluza a la romana con ensalada verde (espinacas, pepinillos y aceitunas)	Festivo	Revuelto de jamón	Pollo con verduras	Albóndigas a la jardinera
Yogurt		Manzana	Helado con barquillo	Plátano
Pan blanco		Pan chapata	Pan integral	Pan blanco
Ensalada de pasta	Crema de calabacín	Ensalada de arroz	Arroz salteado	Ensalada campera
Emperador en salsa	Lomo con patatas	Alitas de pollo asadas	Atún con ensalada de trigo tierno	Filetes rusos
Manzana	Yogurt	Piña	Plátano	Melocotón en almibar
Pan blanco	Pan integral	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco
Arroz con tomate	Ensaladilla rusa con atún y huevo (sin guisantes)	Ensalada farfale (pasta, pollo, manzana, mahonesa, cebolla y bacon)	Gazpacho	
Gallo con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, cebolla y aceituna)	Pollo al limón	Costillas de cerdo al horno	Tortilla de patatas con ensalada de queso	
Yogurt	Sandía	Manzana	Plátano	
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata	

MAYO 2018

Menú Comedor intolerante huevo y legumbres



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

MES DE LA ENSALADA

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Día de Madrid **

Hábito : "NO CORRO POR EL COMEDOR"

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				Macarrones al horno	Crema de calabacín
		Festivo	Festivo	Bacalao con ensalada de maíz y aceitunas	Salchichas con ensalada alemana (patata y mostaza)
				Yogurt	Manzana
				Pan blanco	Pan de picos
Ensalada de pollo (iceberg, pollo, pan frito)	Crema de zanahoria y patatas	Ensalada mixta (lechuga, tomate, atún, zanahoria, maíz y aceitunas)	Espirales con chorizo	Crema de calabaza	
Filete a la plancha	Salmón en salsa de eneldo	Cordón blue de pavo	Merluza en salsa verde	Pollo guisado con arroz	
Yogurt	Piña	Fresas	Natillas	Plátano	
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco	Pan de picos	
Coditos carbonara		Crema de calabaza	Sopa de fideos	Ensalada caprese (tomate, queso, mozarella y aceite de albahaca)	
Merluza a la romana con ensalada verde (espinacas, pepinillos y aceitunas)	Festivo	Salchichas	Pollo con verduras	Albóndigas a la jardinera	
Yogurt		Manzana	Helado con barquillo	Plátano	
Pan blanco		Pan chapata	Pan integral	Pan blanco	
Ensalada de pasta	Crema de calabacín	Ensalada de arroz	Arroz salteado	Ensalada campera	
Emperador en salsa	Lomo con patatas	Alitas de pollo asadas	Atún con ensalada de trigo tierno	Filetes rusos	
Manzana	Yogurt	Piña	Plátano	Melocotón en almibar	
Pan blanco	Pan integral	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco	
Arroz con tomate	Ensaladilla rusa con atún (sin guisantes, ni mahonesa)	Ensalada farfale (pasta, pollo, manzana, y bacon)	Gazpacho		
Gallo con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, cebolla y aceituna)	Pollo al limón	Costillas de cerdo al horno	Filete con ensalada de queso		
Yogurt	Sandía	Manzana	Plátano		
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata		

Menú comedor intolerante pescado

MAYO 2018



COLEGIO SANTA MARÍA LA BLANCA

MES DE LA ENSALADA

Colegio Abantos, S.L. garantiza que el menú está elaborado según los principios dietéticos-nutricionales establecidos por la estrategia NAOS en alimentación escolar

Si necesita alguna aclaración, estamos a su disposición en comedor@c.smb.es

Día de Madrid **

Hábito : "NO CORRO POR EL COMEDOR"

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			Macarrones al horno	Crema de calabacín
	Festivo	Festivo	Pollo con ensalada de maíz y aceitunas	Salchichas con ensalada alemana (patata, mahonesa y mostaza)
			Yogurt	Manzana
			Pan blanco	Pan de picos
Ensalada cesar (iceberg, pollo, pan frito, queso y salsa cesar)	Crema de zanahoria y patatas	Ensalada mixta (lechuga, tomate, huevo, zanahoria, maíz y aceitunas)	Espirales con chorizo	Ensalada de garbanzos
Tortilla de calabacín	Salmón en salsa de eneldo	Cordón blue de pavo	Filete a la plancha	Pollo guisado con arroz
Yogurt	Piña	Fresas	Leche frita	Plátano
Pan blanco	Pan chapata	Pan integral	Pan blanco	Pan de picos
Coditos carbonara		Crema de calabaza	Sopa de cocido **	Ensalada caprese (tomate, queso, mozarella y aceite de albahaca)
Merluza a la romana con ensalada verde (espinacas, pepinillos y aceitunas)	Festivo	Revuelto de jamón	Cocido madrileño	Albóndigas a la jardinera
Yogurt		Manzana	Helado con barquillo	Plátano
Pan blanco		Pan chapata	Pan integral	Pan blanco
Ensalada de pasta	Judías verdes salteadas	Ensalada de arroz	Lentejas castellanas	Ensalada campera
Pollo guisado	Lomo con patatas	Alitas de pollo asadas	Tortilla con ensalada de trigo tierno	Filetes rusos
Manzana	Yogurt	Piña	Plátano	Melocotón en almibar
Pan blanco	Pan integral	Pan de picos	Pan chapata	Pan blanco
Arroz con tomate	Ensaladilla rusa con huevo	Ensalada farfale (pasta, pollo, manzana, mahonesa, cebolla y bacon)	Gazpacho	
Filete con ensalada de la huerta (lechuga, tomate, cebolla y aceituna)	Pollo al limón	Costillas de cerdo al horno	Tortilla de patatas con ensalada de queso	
Yogurt	Sandía	Manzana	Plátano	
Pan blanco	Pan de picos	Pan integral	Pan chapata	

Menú Comedor Escuelita 1º Año

MAYO 2018



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

				Pure de calabaza
	Festivo	Festivo	Pavo	Ternera
			Yogurt	Yogurt
Pure de patata y apio	Pure de puerro y cebolla	Pure de zanahoria	Pure de boniato y patata	Pure de calabacin y boniato
Pollo	Pavo	Ternera	Pollo	Pavo
Yogurt	Yogurt	Yogurt	Yogurt	Yogurt
Pure de zanahoria		Pure de patata y apio	Pure de calabacin y boniato	Pure de puerro y cebolla
Ternera	Festivo	Pollo	Pavo	Ternera
Yogurt		Yogurt	Yogurt	Yogurt
Pure de calabaza	Pure de puerro y cebolla	Pure de calabacin y boniato	Pure de zanahoria	Pure de boniato y patata
Pollo	Pavo	Ternera	Pollo	Pavo
Yogurt	Yogurt	Yogurt	Yogurt	Yogurt
Pure de patata y apio	Pure de puerro y cebolla	Pure de zanahoria	Pure de boniato y patata	
Pollo	Pavo	Ternera	Pavo	
Yogurt	Yogurt	Yogurt	Yogurt	

MAYO 2018

Menú Recomendación Cena



COLEGIO SANTA MARIA LA BLANCA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			Guisantes con jamón	Sopa maravilla
	Festivo	Festivo	Tortilla de patatas	Merluza en salsa con verduras
			Fruta	Yogurt
Macarrones al horno	Arroz con verduras	Crema de calabacín	Gazpacho	Judías verdes con patatas
Bacalao con ensalada	Salchichas con puré	Revuelto de jamón	Albóndigas guisadas	Emperador con ensalada
Fruta	Macedonia de frutas	Yogurt	Fruta	Fruta
Ensalada campera		Coditos con tomate	Crema de verduras	Arroz 3 delicias
Pollo al limón	Festivo	Atún con ensalada	Huevos bechamel	Gallo con ensalada
Fruta		Yogurt	Fruta	Macedonia de fruta
Sopa de estrellas	Crema de zanahoria	Ensalada mixta	Espaguetis carbonara	Arroz con calabacín
Costillas asadas	Ragout de pavo	Salmón al horno	Tortilla francesa	Merluza a la romana
Yogurt	Fruta	Fruta	Macedonia de fruta	Natillas
Gazpacho	Crema de calabaza	Judías verdes salteadas	Arroz con verduras	
Lomo con patatas	Tortilla con ensalada	Merluza en salsa marinera	Ragout de pavo	
Fruta	Yogurt	Natillas	Fruta	