

# May 2023 Menu





Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
DÍA INTERNACIONAL DEL TRABAJADOR	DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID	Puré de La huerta Pollo con tomate Patatas fritas Yogurt de frutas	Macarrones con chorizo Filetes rusos Rösti de cebolla Fruta del tiempo	Sopa de lluvia Tortilla española Salchichas frescas Gelatina
		Kcal. =616 HC=46,8% Prot. = 15,0 Lip.= 37,9%	Kcal. =621 HC=49,7% Prot. = 18,8 Lip.= 30,1%	Kcal. =606 HC=45,0% Prot. = 11,3 Lip.= 43,6%
<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
Patatas guisadas Escalope de pollo Guarnición de calabacín Fruta del tiempo	Sopa de fideos Cocido y verduras Taquitos de carne y chorizo Natillas	Arroz blanco con tomate Lacón braseado Patatas a la gallega Yogurt de frutas	Coditos con atún Pescado en salsa Guarnición marinera Fruta del tiempo	Crema de zanahoria y puerro Lomo a la plancha Patatas al horno Helado
Kcal. =610 HC=38,1% Prot. = 17,9 Lip.= 44,0%	Kcal. =520 HC=54,7% Prot. = 22,2 Lip.= 23,2%	Kcal. =607 HC=49,2% Prot. = 18,4 Lip.= 32,4%	Kcal. =631 HC=53,2% Prot. = 15,0 Lip.= 31,5%	Kcal. =583 HC=44,4% Prot. = 17,4 Lip.= 36,5%
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>
FESTIVIDAD DE SAN ISIDRO	Lentejas a la cazuela Pollo al ajillo Patatas panaderas Fruta del tiempo	Judías verdes con jamón Hamburguesa de ternera a la plancha Ensalada de tomate y atún Flan	Arroz al curry Chuletas a la pimienta verde Guarnición de champiñón Yogurt de frutas	Espirales carbonara Fritura andaluza Croquetas artesanas Fruta del tiempo
	Kcal. =606 HC=45,0% Prot. = 11,3 Lip.= 43,6%	Kcal. =609 HC=38,2% Prot. = 17,6 Lip.= 44,1%	Kcal. =638 HC=56,1% Prot. = 11,4 Lip.= 32,4%	Kcal. =633 HC=49,0% Prot. = 14,7 Lip.= 36,5%
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
Judías blancas con chorizo Tortilla de patata Bacon a la plancha Fruta del tiempo	Guisantes a la extremeña Filete de pollo a la plancha Ensalada de piña Yogurt de frutas	Espaguetis gratinados Albóndigas en salsa Verduritas Helado	Sopa maravilla con huevo Chuleta de Sajonia a la plancha Pimiento asado Melocotón en almíbar	Arroz a la griega Bacalao Pisto manchego Fruta del tiempo
Kcal. =610 HC=38,1% Prot. = 17,9 Lip.= 44,0%	Kcal. =621 HC=48,7% Prot. = 18,8 Lip.= 30,1%	Kcal. =606 HC=45,0% Prot. = 11,3 Lip.= 43,6%	Kcal. =583 HC=44,4% Prot. = 17,4 Lip.= 36,5%	Kcal. =620 HC=38,1% Prot. = 17,9 Lip.= 40,0%
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>		
Ensalada de pasta Escalopines Guarnición de setas Fruta del tiempo	Puré de verduras Merluza a la romana Ensalada mixta Yogurt de frutas	Sopa maravilla Magro con tomate Patatas al horno Fruta del tiempo	<b>Mayo 2023</b>	
Kcal. =673 HC=47, 6% Prot. = 17,3 Lip.= 35,1%	Kcal. =635 HC=49,2% Prot. = 10,4 Lip.= 30,2%	Kcal. =583 HC=51,1% Prot. = 15,3 Lip.= 33,4%		

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
<b>2<sup>ND</sup></b>		<b>3<sup>rd</sup></b>	<b>4<sup>th</sup></b>	<b>4<sup>th</sup></b>
INTERNATIONAL WORKERS DAY	COMMUNITY DAY OF MADRID	Vegetables purée Chicken with tomato Chips Fruit yogurt	Macaroni with chorizo Grilled beef burger Onion Röti Fruit	Pepperoni soup Spanish tortilla fresh sausages Jelly
		Kcal. =616 HC=46,8% Prot. = 15,0 Lip.= 37,9%	Kcal. =621 HC=49,7% Prot. = 18,8 Lip.= 30,1%	Kcal. =606 HC=45,0% Prot. = 11,3 Lip.= 43,6%
<b>8<sup>th</sup></b>	<b>9<sup>th</sup></b>	<b>10<sup>th</sup></b>	<b>11<sup>th</sup></b>	<b>12<sup>th</sup></b>
Stewed potatoes Chicken escalope Courgette garnish Fruit	Noodle Soup Madrid Stew & Veggies Diced Beef & Chorizo Custard	White rice with tomato Braised ham Galician style potatoes Fruit yogurt	Coditos with tuna Fish in sauce Seafood garnish Fruit	Carrot and leek soup Grilled loin Baked potatoes Ice cream
Kcal. =610 HC=38,1% Prot. = 17,9 Lip.= 44,0%	Kcal. =520 HC=54,7% Prot. = 22,2 Lip.= 23,2%	Kcal. =607 HC=49,2% Prot. = 18,4 Lip.= 32,4%	Kcal. =631 HC=53,2% Prot. = 15,0 Lip.= 31,5%	Kcal. =583 HC=44,4% Prot. = 17,4 Lip.= 36,5%
<b>15<sup>th</sup></b>	<b>16<sup>th</sup></b>	<b>17<sup>th</sup></b>	<b>18<sup>th</sup></b>	<b>19<sup>th</sup></b>
SAINT ISIDORE'S DAY	Stewed lentils Garlic chicken Baked potatoes Fruit	Green beans with ham Grilled beef burger Tomato and tuna salad Cream caramel	Curry rice Cutlet in green pepper sauce Mushroom garnish Fruit yogurt	Carbonara spirals Andalusian Deep-fried fish Home made croquettes Fruit
	Kcal. =606 HC=45,0% Prot. = 11,3 Lip.= 43,6%	Kcal. =609 HC=38,2% Prot. = 17,6 Lip.= 44,1%	Kcal. =638 HC=56,1% Prot. = 11,4 Lip.= 32,4%	Kcal. =633 HC=49,0% Prot. = 14,7 Lip.= 36,5%
<b>22<sup>th</sup></b>	<b>23<sup>th</sup></b>	<b>24<sup>th</sup></b>	<b>25<sup>th</sup></b>	<b>26<sup>th</sup></b>
White beans with chorizo Omelette Grilled bacon Fruit	Stewed peas Grilled chicken Pineapple salad Fruit yogurt	Spaghetti gratin Meatballs in sauce Vegetables Ice cream	Pasta maravilla soup with egg Kasseler Roasted pepper Peaches in syrup	Greek rice Cod Manchego ratatouille Fruit
Kcal. =610 HC=38,1% Prot. = 17,9 Lip.= 44,0%	Kcal. =621 HC=48,7% Prot. = 18,8 Lip.= 30,1%	Kcal. =606 HC=45,0% Prot. = 11,3 Lip.= 43,6%	Kcal. =583 HC=44,4% Prot. = 17,4 Lip.= 36,5%	Kcal. =620 HC=38,1% Prot. = 17,9 Lip.= 40,0%
<b>29<sup>th</sup></b>	<b>30<sup>th</sup></b>	<b>31<sup>th</sup></b>	<b>May 2023</b>	
Pasta salad Escalopes Mushroom garnish Fruit	Vegetables purée Battered hake Mixed salad Fruit yogurt	Pasta maravilla soup Stewed meat in sauce Baked potatoes Fruit		
Kcal. =673 HC=47, 6% Prot. = 17,3 Lip.= 35,1%	Kcal. =635 HC=49,2% Prot. = 10,4 Lip.= 30,2%	Kcal. =583 HC=51,1% Prot. = 15,3 Lip.= 33,4%		