



LOS BILLARES CATERING S.L.
 Nº RGSEAA: 26.08977/CO
 957 684 199
 info@losbillares.com

MENU COLEGIOS M-J-P

ABRIL

Nota: La fruta habitual es manzana, pera, naranja, mandarinas, plátano. Sandía y melón en temporada.

TODOS NUESTROS CALDOS ESTAN ELABORADOS DE MANERA CASERA EN NUESTRAS INSTALACIONES

LUNES 6	MARTES 7	MIERCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
Sopa de ave con letras (pollo)	Lentejas con verduras	Arroz caldoso con pollo	Potaje de garbanzos con merluza (merluza)	Macarrones boloñesa
Salmón al horno con salsa de champiñón	Merluza al horno	Tortilla de atún	Empanada de york y queso	Croquetas de bacalao
Patatas al horno	Menestra verduras (judías,zanahoria,berenjena)	Lechuga y maiz	Zanahoria rallada	Lechuga y tomate
Yogur y pan	Fruta del tiempo y pan	Fruta del tiempo y pan	Fruta del tiempo y pan integral	Fruta del tiempo y pan
Valor energético: 3952kJ/937kcal Grasas 46,5g / Saturadas 15,2g Hidratos de carbono 85g/Azúcares 19g Proteínas 45,2g/ Sal 4,1g	Valor energético: 3065J/ 726kcal Grasas 22,55g / Saturadas 3,71g Hidratos de carbono 85,44g/Azúcares 26,32g Proteínas 45,22g/ Sal 4,54g	Valor energético: 3334kJ/ 791,8kcal Grasas 33,4g / Saturadas 7,26g Hidratos de carbono 87,1g/Azúcares 23,4g Proteínas 36,2g/ Sal 3,7g	Valor energético: 4106kJ/ 950Kcal Grasas 58,4g / Saturadas 19,4g Hidratos de carbono 169g/Azúcares 31g Proteínas 56g/ Sal 3,6g	Valor energético: 2545kJ/ 604kcal Grasas 27,8g / Saturadas 3,83g Hidratos de carbono 73g/Azúcares 33,7g Proteínas 9,88g/ Sal 3,14g
Sugerencia cena: bocadillo vegetal+ lácteo	Sugerencia cena: salteado de huevo y pechuga de pollo + lácteo + pan	Sugerencia cena: crema de verduras + lácteo + pan	Sugerencia cena: ave con verduras plancha + lácteo+ pan	Sugerencia para la cena: Huevos revueltos + lácteo + pan
LUNES 13	MARTES 14	MIERCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Crema de calabacín	Estofado de patatas con verduras	Arroz a la cubana con atún	Cocido de verduras y pollo	Espirales napolitana (salsa tomate, queso)
Pollo al horno	Bacalao con tomate	Pollo a la jardinera	Revuelto de huevo con patatas y jamón	Albóndigas de merluza
Patatas al horno	Arroz salteado	Lechuga	Tomate picado	Patatas panaderas
Yogur y pan	Fruta del tiempo y pan	Fruta del tiempo y pan	Fruta del tiempo y pan integral	Fruta del tiempo y pan
Valor energético: 2717kJ/ 650kcal Grasas 26,13g / Saturadas 5,82g Hidratos de carbono 95g/Azúcares 20,7g Proteínas 30,4g/ Sal 3,3g	Valor energético:3201,18kJ/ 758,6kcal Grasas 32,23g / Saturadas 7,43g Hidratos de carbono 88,66g/Azúcares 31,35g Proteínas 47,15g/ Sal 5,19g	Valor energético: 3074,78kJ/ 686,24kcal Grasas 24,4g / Saturadas 5g Hidratos de carbono 96,08g/Azúcares 19,98g Proteínas 25,47g/ Sal 3,51g	Valor energético: 2905kJ/ 700kcal Grasas 21,71g / Saturadas 5,19g Hidratos de carbono 89,26g/Azúcares 25,9g Proteínas 39,5g/ Sal 2,5g	Valor energético: 2965,88kJ/ 700,91kcal Grasas 20,4g / Saturadas 4,89g Hidratos de carbono 94g/Azúcares 30,51g Proteínas 26,54g/ Sal 4,5g
Sugerencia cena: sopa de pescada y queso + fruta	Sugerencia cena: carne + verdura horno+ lácteo + pan	Sugerencia para la cena: carne + verduras plancha + lácteo + pan	Sugerencia cena: pescado horno + lácteo + pan	Sugerencia cena: crema de verduras + carne plancha+ pan
LUNES 20	MARTES 21	MIERCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24
Crema de calabaza	Estofado de patatas con ternera	Coditos con tomate y salchichas (pollo)	Lentejas con verduras	Crema de verduras (patata,zanahoria,calabacín)
Croquetas de jamón	Merluza en salsa marinera	Tortilla de calabacín	Pavo en salsa de la abuela	Pizza de atún y queso
Zanahoria baby	Arroz salteado	Menestra verduras (judías,zanahoria,berenjena)	Zanahoria rallada	Lechuga
Yogur y pan	Fruta del tiempo y pan	Fruta del tiempo y pan	Fruta del tiempo y pan integral	Fruta del tiempo y pan
Valor energético: 2988,3,3kJ/ 706,111kcal Grasas 25,96g / Saturadas 12,1g Hidratos de carbono 56,26g/Azúcares25,5g Proteínas 18,19g/ Sal 4,28g	Valor energético: 3747kJ/ 888kcal Grasas 36,9g / Saturadas 7,09g Hidratos de carbono 86,8g/Azúcares 27,8g Proteínas 45,1g/ Sal 3,8g	Valor energético: 3609kJ/ 857kcal Grasas 37,8g / Saturadas 8,09g Hidratos de carbono 103g/Azúcares 28,5g Proteínas 24,7g/ Sal 3,9g	Valor energético: 3150kJ/ 746Kcal Grasas 25,9g / Saturadas 5,9g Hidratos de carbono 82,7g/Azúcares 25,1g Proteínas 51,1g/ Sal 1,9g	Valor energético: 2431kJ/ 498kcal Grasas 15,9g / Saturadas 5,2g Hidratos de carbono 75g/Azúcares 33,8g Proteínas 29,5g/ Sal 3,6g
Sugerencia cena: carne con verduras horno + fruta + pan	Sugerencia cena: pescado con verduras al horno + lácteo + pan	Sugerencia para la cena: crema de verduras+ jamón cocido + lácteo + pan	Sugerencia para la cena: pescado horno+ verduras cocinada + lácteo + pan	Sugerencia cena: Huevos revueltos + verduras plancha + lácteo + pan
LUNES 27	MARTES 28	MIERCOLES 29	JUEVES 30	
Potaje de habichuelas con verduras	Cocido de verduras y pollo	Estofado de patatas con pavo	Sopa de ave con letras (pollo)	
Albóndigas de pollo en salsa caseras	Merluza en salsa verde	Salchichas de pollo al ajillo	Salmón al horno con salsa de champiñón	
Maiz	Arroz sallteado	Lechuga y zanahoria	Patatas al horno	
Yogur y pan	Fruta del tiempo y pan	Fruta del tiempo y pan	Fruta del tiempo y pan integral	
Valor energético: 3243kJ/ 648kcal Grasas 9,8g / Saturadas 2,6g Hidratos de carbono 102g/Azúcares 35g Proteínas 100g/ Sal 3g	Valor energético: 2616kJ/ 618kcal Grasas 14,87g / Saturadas 3g Hidratos de carbono 74g/Azúcares 24,5g Proteínas 46,7g/ Sal 4,4g	Valor energético: 3462,69kJ/ 826,59kcal Grasas 40,19g / Saturadas 10,33g Hidratos de carbono 68,42g/Azúcares 27,14g Proteínas 31,48g/ Sal 3,8g	Valor energético: 3952kJ/937kcal Grasas 46,5g / Saturadas 15,2g Hidratos de carbono 85g/Azúcares 19g Proteínas 45,2g/ Sal 4,1g	
Sugerencia para la cena: carne + verduras plancha + lácteo + pan	Sugerencia cena: sopa de verduras con pavo + lácteo + pan	Sugerencia cena: Huevos revueltos + verduras plancha + lácteo + pan	Sugerencia cena: bocadillo vegetal+ lácteo	

En la elaboración de estos platos no se usan colorantes, ni conservantes, ni azúcares añadidos, ni alimentos que contengan en su composición grasas trans o grasas hidrogenadas, excepto las que se presenten de forma natural. En caso de intolerancia o alergia solicite información para la elaboración de un menú adaptado.