

**LUNES 03****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º ARROZ RIOJANO	Calorías	885	Kcal.
2º LOMO EN SALSA CON ENSALADA PAN Y FRUTA / BREAD AND FRUIT	↳ Lípidos (Saturados)	33 3	Gr. Gr.
1º RIOJANO RICE	H.Carbono (Azúcares)	104 20	Gr. Gr.
2º BREADED COD WITH SALAD	Proteínas	39	Gr.
	Sal	2	Gr.

**LUNES 10****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º LENTEJAS HORTELANAS	Calorías	778	Kcal.
2º TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	↳ Lípidos (Saturados)	28 5	Gr. Gr.
1º VEGETABLE LENTILS	H.Carbono (Azúcares)	88 23	Gr. Gr.
2º SPANISH OMELETTE WITH SALAD	Proteínas	34	Gr.
	Sal	3	Gr.

**LUNES 17****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º ARROZ BLANCO CON TOMATE	Calorías	783	Kcal.
2º JAMÓN AL HORNO CON ENSALADA PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	↳ Lípidos (Saturados)	22 4	Gr. Gr.
1º WHITE WITH TOMATO RICE	H.Carbono (Azúcares)	111 15	Gr. Gr.
2º SAN MARINO WITH SALAD	Proteínas	31	Gr.
	Sal	1	Gr.

**MARTES 04****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS	Calorías	753	Kcal.
2º ALBÓNDIGAS A LA MADRILEÑA PAN Y HELADO / BREAD AND ICE CREAM	↳ Lípidos (Saturados)	31 7	Gr. Gr.
1º SAUTEED GREEN BEANS	H.Carbono (Azúcares)	86 22	Gr. Gr.
2º MADRILENIAN MEATBALLS	Proteínas	29	Gr.
	Sal	2	Gr.

**MARTES 11****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º SOPA DE AVE	Calorías	713	Kcal.
2º CARNE ASADA CON PATATAS PANADERA PAN Y FRUTA / BREAD AND FRUIT	↳ Lípidos (Saturados)	30 3	Gr. Gr.
1º NOODLE SOUP	H.Carbono (Azúcares)	73 14	Gr. Gr.
2º ROAST MEAT WITH POTATOES	Proteínas	34	Gr.
	Sal	1	Gr.

**MARTES 18****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS	Calorías	712	Kcal.
2º HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA PAN Y LÁCTEO / BREAD AND DAIRY	↳ Lípidos (Saturados)	38 11	Gr. Gr.
1º SAUTÉED GREEN BEANS	H.Carbono (Azúcares)	74 7	Gr. Gr.
2º BEEF BURGER IN SAUCE	Proteínas	27	Gr.
	Sal	2	Gr.

**MIÉRCOLES 05****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º CREMA DE VERDURAS NATURALES	Calorías	858	Kcal.
2º PIZZA ITALIANA CON ENSALADA PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	↳ Lípidos (Saturados)	33 11	Gr. Gr.
1º VEGETABLE CREAM	H.Carbono (Azúcares)	113 23	Gr. Gr.
2º ITALIAN PIZZA WITH SALAD	Proteínas	22	Gr.
	Sal	2	Gr.

**MIÉRCOLES 12****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º ARROZ CON POLLO	Calorías	880	Kcal.
2º ESTOFADO DE AVE PAN Y LÁCTEO / BREAD AND DAIRY	↳ Lípidos (Saturados)	36 7	Gr. Gr.
1º RICE WITH CHICKEN	H.Carbono (Azúcares)	95 19	Gr. Gr.
2º CHICKEN STEW	Proteínas	41	Gr.
	Sal	2	Gr.

**MIÉRCOLES 19****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º ENSALADA DE PASTA	Calorías	888	Kcal.
2º MEDALLONES DE SOLOMILLO CON PATATAS PAN Y FRUTA / BREAD AND FRUIT	↳ Lípidos (Saturados)	40 8	Gr. Gr.
1º PASTA SALAD	H.Carbono (Azúcares)	78 19	Gr. Gr.
2º SIRLOIN MEDALLION WITH POTATOES	Proteínas	42	Gr.
	Sal	3	Gr.

**JUEVES 06****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º ENSALADA DE GARBANZOS	Calorías	850	Kcal.
2º POLLO ASADO CON ARROZ PILAFF PAN Y FRUTA / BREAD AND FRUIT	↳ Lípidos (Saturados)	36 9	Gr. Gr.
1º CHICKPEAS SALAD	H.Carbono (Azúcares)	83 23	Gr. Gr.
2º ROAST CHICKEN WITH PILAFF RICE	Proteínas	45	Gr.
	Sal	1	Gr.

**JUEVES 13****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º CREMA DE PUERROS	Calorías	726	Kcal.
2º RAGOUT DE TERNERA PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	↳ Lípidos (Saturados)	30 6	Gr. Gr.
1º LEEK CREAM	H.Carbono (Azúcares)	72 7	Gr. Gr.
2º BEEF RAGOUT	Proteínas	38	Gr.
	Sal	2	Gr.

**JUEVES 20****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º SOPA DE AVE CON FIDEOS	Calorías	694	Kcal.
2º ESTOFADO DE POLLO PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	↳ Lípidos (Saturados)	29 6	Gr. Gr.
1º NOODLE SOUP	H.Carbono (Azúcares)	64 21	Gr. Gr.
2º CHICKEN STEW	Proteínas	41	Gr.
	Sal	2	Gr.

**VIERNES 07****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º MACARRONES NAPOLITANA	Calorías	931	Kcal.
2º SAN JACOBO CASERO CON ENSALADA PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	↳ Lípidos (Saturados)	46 8	Gr. Gr.
1º NAPOLITAN MACARONI	H.Carbono (Azúcares)	92 15	Gr. Gr.
2º HOME CORDON BLEU WITH SALAD	Proteínas	33	Gr.
	Sal	2	Gr.

**VIERNES 14****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º ESPIRALES GRATINADAS	Calorías	907	Kcal.
2º ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA PAN Y FRUTA / BREAD AND FRUIT	↳ Lípidos (Saturados)	34 7	Gr. Gr.
1º GRATIN POTATOES	H.Carbono (Azúcares)	104 23	Gr. Gr.
2º CHICKEN ESCALOPE WITH SALAD	Proteínas	42	Gr.
	Sal	2	Gr.

**VIERNES 21****INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

1º PATATAS GRATINADAS	Calorías	723	Kcal.
2º MAGRO CON TOMATE PAN Y FRUTA / BREAD AND FRUIT	↳ Lípidos (Saturados)	31 9	Gr. Gr.
1º GRATIN POTATOES	H.Carbono (Azúcares)	71 9	Gr. Gr.
2º PORK WITH TOMATO	Proteínas	36	Gr.
	Sal	2	Gr.

¿NECESITA INFORMACIÓN, QUIERE SABER MÁS SOBRE ALÉRGENOS DE DECLARACIÓN OBLIGATORIA? PUEDE CONOCER EL RD. 126/2015 Y EL REG. 1169/2011 EN LAS COCINAS DEL CENTRO.

LOS PADRES PUEDEN ASISTIR A COMER CON SUS HIJOS SIEMPRE QUE LO DESEEN.

PARENTS CAN ATTEND LUNCH WITH THEIR CHILDREN, WHENEVER THEY WISH

TODOS LOS DÍAS ESTARÁ A DISPOSICIÓN DEL COMENSAL KETCHUP Y MAHONESA, LOS DÍAS QUE EN EL PRIMER PLATO APAREZCA PASTA, SE OFRECERÁ QUESO RALLADO COMO ACOMPAÑAMIENTO.

KETCHUP AND MAYONNAISE AVAILABLE ON A DAILY BASIS. GRATED CHEESE AVAILABLE WHEN PASTA IS SERVED, GRATED CHEESE AVAILABLE WHEN PASTA IS SERVED.

LUNES 24		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º SOPA DE AVE	Calorías	908	Kcal.
2º LOMO PLANCHA CON ARROZ PILAFF	↳ Lípidos	45	Gr.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	(Saturados)	11	Gr.
1º NOODLE SOUP	↳ H.Carbono	91	Gr.
2º GRILLED LOIN WITH PILAFF RICE	(Azúcares)	12	Gr.
	Proteínas	33	Gr.
	Sal	2	Gr.

MARTES 25		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º CREMA DE VERDURAS NATURALES	Calorías	708	Kcal.
2º ALBÓNDIGAS A LA MADRILEÑA	↳ Lípidos	31	Gr.
PAN Y FRUTA / BREAD AND FRUIT	(Saturados)	7	Gr.
1º VEGETABLE CREAM	↳ H.Carbono	79	Gr.
2º MADRILENIAN MEATBALLS	(Azúcares)	26	Gr.
	Proteínas	24	Gr.
	Sal	2	Gr.

MIÉRCOLES 26		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º LENTEJAS ESTOFADAS	Calorías	863	Kcal.
2º TORTILLA DE CHORIZO CON ENSALADA	↳ Lípidos	41	Gr.
PAN Y LÁCTEO / BREAD AND DAIRY	(Saturados)	8	Gr.
1º STEWED LENTILS	↳ H.Carbono	74	Gr.
2º CHORIZO OMELETTE WITH SALAD	(Azúcares)	14	Gr.
	Proteínas	41	Gr.
	Sal	2	Gr.

JUEVES 27		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º ARROZ TRES DELICIAS	Calorías	932	Kcal.
2º POLLO ASADO CON CALABACÍN	↳ Lípidos	37	Gr.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	(Saturados)	8	Gr.
1º FRIED RICE	↳ H.Carbono	101	Gr.
2º ROAST CHICKEN WITH COURGETTE	(Azúcares)	21	Gr.
	Proteínas	44	Gr.
	Sal	2	Gr.

VIERNES 28		INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
1º PURÉ DE PATATA Y ZANAHORIA	Calorías	782	Kcal.
2º TERNERA EN SU JUGO CON ENSALADA	↳ Lípidos	30	Gr.
PAN Y FRUTA / BREAD AND FRUIT	(Saturados)	6	Gr.
1º POTATO AND CARROT PURÉE	↳ H.Carbono	86	Gr.
2º BEEF IN JUICE WITH SALAD	(Azúcares)	10	Gr.
	Proteínas	38	Gr.
	Sal	3	Gr.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL, CALCULADA DE ACUERDO A CRITERIOS DIETÉTICOS Y ESTABLECIDA PARA UN COMENSAL DE ENTRE 10 Y 12 AÑOS. EL APORTE CALÓRICO DE LA COMIDA DEBE SER APROX. EL 35% DEL TOTAL DIARIO.

NUTRITIONAL INFORMATION ARE BASED ON ESTABLISHED CRITERIA FOR CHILDREN BETWEEN 10 AND 12 YEARS. THE CALORIE INTAKE SHOULD BE APPROXIMATELY 35 % OF THE TOTAL RECOMMENDED DAILY INTAKE.



# JULIO 2017



**C/ Vital Aza, 65**  
**28017 - Madrid**  
**Tlf: 91 408 22 63 - Fax: 91 377 22 59**  
**www.joyfe.es**  
**joyfe@joyfe.es**

## MENÚ NO PESCADO Y MARISCO

EN LOS MENÚS SIN PESCADO Y MARISCO NO SE UTILIZAN ESTOS O ALGUNO DE SUS DERIVADOS EN SU ELABORACIÓN. TODOS LOS MENÚS ESPECIALES SON COCINADOS POR SEPARADO DEL RESTO DE MENÚS PARA EVITAR CONTAMINACIÓN CRUZADA



C/ Del Arte, 15 Local - 28033 Madrid  
 Tel: 91 302 93 45 - Fax: 91 766 85 10  
 E-mail: [hoycosa@hoycosa.es](mailto:hoycosa@hoycosa.es)  
[www.hoycosa.es](http://www.hoycosa.es)