

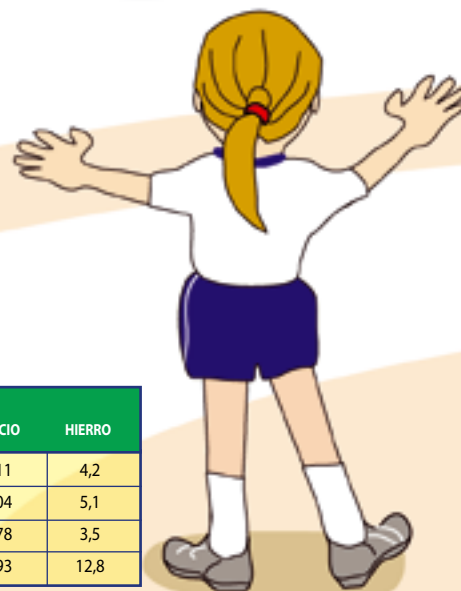
# Menú

Mayo 2022



## ST. ANNE'S SCHOOL I

Avda. de Alfonso, XIII, 162. 28016 Madrid  
Teléf. 91 345 90 60



### PROMEDIO DIARIO DE NUTRIENTES

GRUPO	ENERGÍA	PROTEÍNAS	HIDRATOS DE CARBONO	LÍPIDOS	CALCIO	HIERRO
Desayuno	350	13,1	52,7	9,1	311	4,2
Almuerzo	702	30,5	83,4	25,3	204	5,1
Cena	485	24,2	55	17,1	178	3,5
Total	1537	67,8	191,1	51,5	693	12,8

Se recomienda que tomen a media mañana y a media tarde: una pieza de fruta y 1 lácteo; 1 bocadillo variado (fiambre, queso y ocasionalmente embutido, ...); 1 fruta y cereales (tipo galletas); 2 piezas de frutas.

La información sobre alérgenos está a su disposición en el centro escolar.

# Menú

Mayo 2022

## 1ª Semana

## 2ª Semana

## 3ª Semana

## 4ª Semana

## 5ª Semana

### LUNES

2

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

FESTIVO

9

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

16

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

FESTIVO

23

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

30

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

### MARTES

3

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

10

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

17

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

24

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

31

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

### MIÉRCOLES

4

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

11

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

18

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

25

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

### JUEVES

5

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

12

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

19

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

26

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

### VIERNES

6

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

13

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

20

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

27

DESAYUNO \_\_\_\_\_  
COMIDA \_\_\_\_\_  
CENA \_\_\_\_\_

\*Además de la guarnición, todos los días habrá ensalada variada

Estos menús han sido validados dietéticamente por Noemí Aparicio Fernández, licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos y Biología.

