



C/ Del Arte, 15 Local - 28033 Madrid  
Tel: 91 302 02 20 - Fax: 91 766 85 10  
E-mail: [gastronomic@gastronomic.es](mailto:gastronomic@gastronomic.es)

[www.gastronomic.es](http://www.gastronomic.es)



### MARTES 09

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º MACARRONES NAPOLITANA	Calorías	856	Kcal.
2º HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSAS CON PATATA DADO	Hierro	3	Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	28	Gr.
1º NAPOLITAN MACARONI	Proteínas	26	Gr.
2º BEEF HAMBURGER IN SAUCE WITH POTATOES	H. Carbono	126	Gr.

### MIÉRCOLES 10

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º ARROZ TRES DELICIAS	Calorías	890	Kcal.
2º MERLUZA ROMANA CON ENSALADA	Hierro	4	Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	34	Gr.
1º FRIED RICE	Proteínas	35	Gr.
2º ROMANA HAKE WITH SALAD	H. Carbono	112	Gr.

### JUEVES 11

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º SOPA DE AVE CON PASTA MARAVILLA	Calorías	871	Kcal.
2º CARNE ASADA CON PATATAS PANADERA	Hierro	6	Mg.
PAN Y LÁCTEO / BREAD AND DAIRY DESSERT	Lípidos	37	Gr.
1º NOODLE SOUP	Proteínas	43	Gr.
2º ROAST MEAT WITH POTATOES	H. Carbono	93	Gr.

### VIERNES 12

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º CREMA DE PUERROS	Calorías	829	Kcal.
2º PIZZA ITALIANA CON ENSALADA	Hierro	6	Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	41	Gr.
1º CREAM LEEK SOUP	Proteínas	25	Gr.
2º ITALIAN PIZZA WITH SALAD	H. Carbono	95	Gr.



TODOS LOS DÍAS QUE EN EL MENÚ NO HAYA ENSALADA DE GUARNICIÓN, SE PONDRÁ A DISPOSICIÓN DE LOS COMENSALES UNA ENSALADA COMO COMPLEMENTO OPCIONAL AL MENÚ.

ON DAYS WHEN THERE IS NO SIDE SALAD ON THE MENU, SALAD WILL BE AVAILABLE AS AN ADDITIONAL OPTION.

### LUNES 15

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º ARROZ BLANCO CON TOMATE	Calorías	826	Kcal.
2º TILAPIA ADOBADA CON ENSALADA	Hierro	4	Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	28	Gr.
1º PLAIN BOILED RICE WITH TOMATO SAUCE	Proteínas	31	Gr.
2º MARINADED FISH WITH SALAD	H. Carbono	113	Gr.

### MARTES 16

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º JUDÍAS BLANCAS GUIADAS	Calorías	897	Kcal.
2º SAN JACOBO CASERO CON ENSALADA	Hierro	10	Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	39	Gr.
1º HARICOT BEANS CASSEROLE	Proteínas	38	Gr.
2º HOME CORDON BLEU WITH SALAD	H. Carbono	99	Gr.

### MIÉRCOLES 17

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º SOPA DE PICADILLO CON ESTRELLAS	Calorías	848	Kcal.
2º POLLO ASADO CON PATATAS	Hierro	4	Mg.
PAN Y LÁCTEO / BREAD AND DAIRY DESSERT	Lípidos	36	Gr.
1º NOODLE SOUP	Proteínas	46	Gr.
2º ROAST CHICKEN WITH POTATOES	H. Carbono	85	Gr.

### JUEVES 18

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º ESPAGUETIS A LA CREMA	Calorías	863	Kcal.
2º BACALAO CON TOMATE	Hierro	5	Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	36	Gr.
1º SPAGUETTI CREAM	Proteínas	43	Gr.
2º COD WITH TOMATO	H. Carbono	91	Gr.

### VIERNES 19

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º CREMA DE VERDURAS NATURALES	Calorías	802	Kcal.
2º TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA Y LONCHA DE FIAMBRE	Hierro	6	Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	29	Gr.
1º CREAM VEGETABLE SOUP	Proteínas	21	Gr.
2º SPANISH OMELETTE/SALAD AND COLD CUT MEAT	H. Carbono	115	Gr.

EL POSTRE SERÁ VARIADO (FRUTA DEL TIEMPO, MELOCOTÓN EN ALMÍBAR, POSTRE LÁCTEO, ETC.)

DESSERTS WILL BE VARIED (FRESH FRUIT, CANNED PEACHES, MILK BASED DESSERT, ETC.)

**LUNES 22**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º CODITOS GRATINADOS	Calorías	899 Kcal.
2º ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA	Hierro	3 Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	36 Gr.
1º GRILLED PASTA	Proteínas	33 Gr.
2º MEATBALLS WITH VEGETABLE SAUCE	H. Carbono	111 Gr.

**MARTES 23**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º SOPA DE COCIDO	Calorías	866 Kcal.
2º COCIDO MADRILEÑO	Hierro	9 Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	29 Gr.
1º NOODLE SOUP	Proteínas	38 Gr.
2º STEW MADRILENIAN	H. Carbono	114 Gr.

**MIÉRCOLES 24**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º PAELLA MIXTA	Calorías	816 Kcal.
2º MERLUZA PLANCHA CON ENSALADA Y MAHONESA	Hierro	3 Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	27 Gr.
1º MIXED PAELLA	Proteínas	33 Gr.
2º GRILLED HAKE / SALAD AND MAYONNAISE	H. Carbono	117 Gr.

**JUEVES 25**

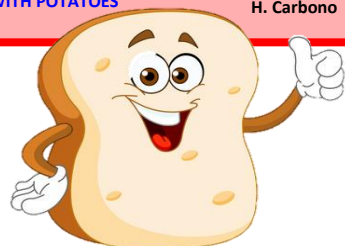
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º JUDÍAS VERDES CON JAMÓN	Calorías	771 Kcal.
2º FILETE DE POLLO CON ENSALADA	Hierro	7 Mg.
PAN Y LÁCTEO / BREAD AND DAIRY DESSERT	Lípidos	33 Gr.
1º GREEN BEANS WITH HAM	Proteínas	35 Gr.
2º CHICKEN FILLET WITH SALAD	H. Carbono	83 Gr.

**VIERNES 26**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º LENTEJAS GUIADAS	Calorías	812 Kcal.
2º HUEVOS FRITOS CON PATATAS	Hierro	9 Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	31 Gr.
1º LENTILS CASSEROLE	Proteínas	35 Gr.
2º FRIED EGGS WITH POTATOES	H. Carbono	101 Gr.

**LUNES 29**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º SOPA DE AVE CON FIDEOS	Calorías	856 Kcal.
2º LOMO PLANCHA CON ARROZ PILAFF	Hierro	5 Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	38 Gr.
1º NOODLE SOUP	Proteínas	40 Gr.
2º GRILLED PORK LOIN WITH PILAFF RICE	H. Carbono	90 Gr.

**MARTES 30**

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º FUSILLIS BOLOÑESA	Calorías	847 Kcal.
2º LIMANDA EMPANADA CON ENSALADA	Hierro	5 Mg.
PAN Y LÁCTEO / BREAD AND DAIRY DESSERT	Lípidos	30 Gr.
1º BOLOGNESE PASTA	Proteínas	36 Gr.
2º BREADED FISH WITH SALAD	H. Carbono	111 Gr.



LA CANTIDAD DE CALORÍAS HA SIDO CALCULADA SEGÚN LAS RECOMENDACIONES DIETÉTICAS ESTABLECIDAS PARA UN NIÑO DE 10-12 AÑOS, CUYO APORTE CALÓRICO PARA LA COMIDA DEBE SER ALREDEDOR DEL 35% DEL TOTAL DIARIO.

THE CALORIES HAVE BEEN CALCULATED ACCORDING TO ESTABLISHED DIETARY RECOMMENDATIONS FOR A 10-12 YEAR OLD CHILD WHOSE CALORIE INTAKE SHOULD BE AROUND 35% OF HIS/HER DAILY ALLOWANCE

**C.E.I.P****ASUNCIÓN RINCÓN**

Avda. Filipinas, 5  
28003 - MADRID  
Telf: 91 554 21 18  
Fax: 91 534 51 20

**SEPTIEMBRE 2014**