



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)



### MIÉRCOLES 01

## FIESTA DEL TRABAJO

### JUEVES 02

## FIESTA DE LA COMUNIDAD DE MADRID

### VIERNES 03

## DÍA NO LECTIVO

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

### LUNES 06

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º MACARRONES NAPOLITANA	Calorías	886 Kcal.
2º LOMO PLANCHA CON PATATA Y ZANAHORIA	Hierro	5 Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	33 Gr.
1º NAPOLITAN MACARONI	Proteínas	36 Gr.
2º GRILLED PORK LOIN WITH POTATO AND CARROT	H. Carbono	113 Gr.

### MARTES 07

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º LENTEJAS ESTOFADAS	Calorías	831 Kcal.
2º DELICIAS DE MERLUZA CON ENSALADA Y MAHONESA	Hierro	3 Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	23 Gr.
1º LENTILS CASSESOLE	Proteínas	39 Gr.
2º FISH FINGERS WITH SALAD AND MAYONNAISE	H. Carbono	108 Gr.

### MIÉRCOLES 08

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º SOPA DE PICADILLO CON LETRAS	Calorías	808 Kcal.
2º POLLO ASADO CON CALABACÍN	Hierro	10 Mg.
PAN Y LÁCTEO / BREAD AND DAIRY DESSERT	Lípidos	35 Gr.
1º NOODLE SOUP	Proteínas	47 Gr.
2º ROAST CHICKEN WITH COURGETTE	H. Carbono	77 Gr.

### JUEVES 09

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º ARROZ TRES DELICIAS	Calorías	865 Kcal.
2º PERCA CON TOMATE	Hierro	3 Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	25 Gr.
1º FRIED RICE	Proteínas	34 Gr.
2º PERCA WITH TOMATO SAUCE	H. Carbono	129 Gr.

### VIERNES 10

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º CREMA DE VERDURAS NATURALES	Calorías	870 Kcal.
2º TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA Y LONCHA DE FIAMBRE	Hierro	7 Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	38 Gr.
1º CREAM OF VEGETABLE SOUP	Proteínas	24 Gr.
2º SPANISH OMELETTE/SALAD AND COLD CUT MEAT	H. Carbono	111 Gr.



### LUNES 13

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º ARROZ CON POLLO	Calorías	862 Kcal.
2º LIMANDA ROMANA CON ENSALADA	Hierro	4 Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	29 Gr.
1º RICE WITH CHICKEN	Proteínas	29 Gr.
2º ROMANA LIMANDA WITH SALAD	H. Carbono	120 Gr.

### MARTES 14

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º SOPA DE COCIDO	Calorías	874 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	115 Gr.

### MIÉRCOLES 15

## FIESTA DE SAN ISIDRO



### JUEVES 16

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º FUSILLIS BOLOÑESA	Calorías	831 Kcal.
2º HUEVOS FRITOS CON PATATAS	Hierro	4 Mg.
PAN Y LÁCTEO / BREAD AND DAIRY DESSERT	Lípidos	31 Gr.
1º BOLOGNESE PASTA	Proteínas	24 Gr.
2º FRIED EGGS WITH FRENCH FRIES	H. Carbono	114 Gr.

### VIERNES 17

#### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

1º JUDÍAS VERDES REHOGADAS	Calorías	841 Kcal.
2º CARNE ASADA CON ARROZ PILAFF	Hierro	6 Mg.
PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Lípidos	32 Gr.
1º SAUTÉED GREEN BEANS	Proteínas	39 Gr.
2º ROAST MEAT WITH PILAFF RICE	H. Carbono	102 Gr.

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

FRUIT VARIES ACCORDING TO THE SEASON, ALSO PEACHES IN SYRUP, DAIRY PRODUCTS ETC. ARE SERVED

LUNES 20		INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º CODITOS GRATINADOS	Calorías	888 Kcal.
2º MERLUZA ORLY CON ENSALADA PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Hierro	4 Mg.
1º GRILLED PASTA	Lípidos	33 Gr.
2º ORLY HAKE WITH SALAD	Proteínas	40 Gr.
	H. Carbono	111 Gr.

LUNES 27		INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º LENTEJAS ESTOFADAS	Calorías	922 Kcal.
2º HUEVOS VILLARROY CON ENSALADA PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Hierro	6 Mg.
1º LENTILS CASSEROLE	Lípidos	36 Gr.
2º VILLARROY EGGS WITH SALAD	Proteínas	36 Gr.
	H. Carbono	114 Gr.

MARTES 21		INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º SOPA DE AVE CON ESTRELLAS	Calorías	849 Kcal.
2º ALBÓNDIGAS A LA MADRILEÑA PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Hierro	6 Mg.
1º NOODLE SOUP	Lípidos	39 Gr.
2º MEATBALLS MADRILENIAN	Proteínas	36 Gr.
	H. Carbono	90 Gr.

MARTES 28		INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º ESPAGUETIS CARBONARA	Calorías	879 Kcal.
2º CHULETA PLANCHA CON PATATAS PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Hierro	5 Mg.
1º CARBONARA SPAGUETTI	Lípidos	36 Gr.
2º GRILLED CHOP WITH FRENCH FRIES	Proteínas	28 Gr.
	H. Carbono	83 Gr.

MIÉRCOLES 22		INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º JUDÍAS BLANCAS GUIADAS	Calorías	903 Kcal.
2º SAN JACOBO CASERO CON ENSALADA PAN Y LÁCTEO / BREAD AND DAIRY DESSERT	Hierro	10 Mg.
1º HARICOT BEANS CASSEROLE	Lípidos	35 Gr.
2º HOME CORDON BLEU WITH SALAD	Proteínas	38 Gr.
	H. Carbono	101 Gr.

MIÉRCOLES 29		INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º JUDÍAS VERDES CON TOMATE	Calorías	816 Kcal.
2º FILETE DE POLLO CON ENSALADA PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Hierro	8 Mg.
1º GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE	Lípidos	34 Gr.
2º CHICKEN FILLET WITH SALAD	Proteínas	39 Gr.
	H. Carbono	89 Gr.

JUEVES 23		INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º CREMA DE PUERROS	Calorías	860 Kcal.
2º SOLOMILLOS DE POLLO EN SALSA PEPITORIA PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Hierro	5 Mg.
1º CREAM LEEK SOUP	Lípidos	31 Gr.
2º CHICKEN TENDERLOIN PEPITORIA	Proteínas	47 Gr.
	H. Carbono	98 Gr.

JUEVES 30		INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º PAELLA VALENCIANA	Calorías	859 Kcal.
2º MERLUZA A LA MEUNIERE PAN Y LÁCTEO / BREAD AND DAIRY DESSERT	Hierro	3 Mg.
1º RICE VALENCIAN STYLE	Lípidos	29 Gr.
2º HAKE MEUNIERE	Proteínas	27 Gr.
	H. Carbono	122 Gr.

VIERNES 24		INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º ARROZ BLANCO CON TOMATE	Calorías	803 Kcal.
2º FILETE DE ABADEJO ROMANA CON ENSALADA Y MAHONESA PAN, FRUTA, LECHE / BREAD, FRUIT, MILK	Hierro	3 Mg.
1º PLAIN BOILED RICE WITH TOMATO SAUCE	Lípidos	28 Gr.
2º FISH FILLET WITH SALAD AND MAYONNAISE	Proteínas	26 Gr.
	H. Carbono	114 Gr.

VIERNES 31		INFORMACIÓN NUTRICIONAL
1º CREMA DE VERDURAS NATURALES	Calorías	856 Kcal.
2º HAMBURGUESA AMERICANA PAN, FRUTA Y REFRESCOS	Hierro	6 Mg.
1º CREAM VEGETABLE SOUP	Lípidos	37 Gr.
2º HAMBURGER	Proteínas	35 Gr.
	H. Carbono	98 Gr.



MAYO 2013

**C.E.I.P**  
**ASUNCIÓN RINCÓN**

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



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..

