



MES DE MAYO,
MES DE
-MARÍA-

FUNDACIÓN SMJ COLEGIO DIOCESANO "SANTA CRUZ"

Avda. de Burgos, 3 - 19005 - Guadalajara
direccion@colegiosantacruz.org
949 22 00 61



1 de mayo
San José
Obrero

ORIENTACIONES PARA LAS CENAS MAYO

LUNES/MONDAY 6	MARTES/TUESDAY 7	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 8	JUEVES/THURSDAY 9	VIERNES/FRIDAY 10
Arroz blanco con tomate Huevos fritos/tortillas y salchichas de ave con lechuga Pan-Fruta de temporada	Lentejas con verduras Boquerones en tempura con ensalada de lechuga Pan-Yogur-fruta	Crema de calabaza y zanahorias Alitas de pollo inf. Contramuslos Pan integral-Yogur	Macarrones integrales con atún Tortilla francesa de jamón con ensalada mixta Pan-Fruta de temporada	Sopa de pescado Canelones de atún con ensalada mixta Pan-fruta de temporada
Verduras salteadas Pescado a la plancha Fruta	Crema de verduras Lomo de cerdo Fruta	Guisantes con jamón Huevo/tortilla Fruta	Salmorejo Chuleta de pavo Fruta	Ensalada variada Hamburguesa casera Fruta
LUNES/MONDAY 13	MARTES/TUESDAY 14	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 15	JUEVES/THURSDAY 16	VIERNES/FRIDAY 17
Puré de verduras Tortilla francesa de atún con ensalada de tomate Pan-fruta de temporada	Judías pintas con arroz Empanadillas de atún con ensalada de maíz Pan-Fruta de temporada	Arroz tres delicias Lomos en salsa con ensalada mixta Pan integral-natillas	Judías blancas con verduras Chuletas de aguja de cerdo con ensalada mixta Pan-Fruta de temporada	Espaguetis boloñesa Fletán en salsa Pan-Fruta de temporada
Ensalada de maíz Pescado azul Fruta	Gazpacho Filete de ternera a la plancha Fruta	Judías verdes con jamón Huevos revueltos con champiñones Fruta	Salteado de arroz con verduras Ensalada de queso fresco Fruta	Ensalada variada Albóndigas de ternera Fruta
LUNES/MONDAY 20	MARTES/TUESDAY 21	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 22	JUEVES/THURSDAY 23	VIERNES/FRIDAY 24
Pasta carbonara Filetes de pavo con chimichurri y ensalada mixta Pan integral-fruta de temporada	Lentejas con patatas Palometa con tomate y ensalada de maíz Pan-Fruta de temporada	Crema de calabacín Hamburguesas caseras con ensalada de atún Pan integral-Gelatinas	Fideuà con pollo Salmón a la naranja con ensalada de maíz Pan-Fruta de temporada	Coliflor con patatas y salsonesa Albóndigas en salsa con champiñones Pan-Fruta de temporada
Crema de zanahorias Pescado azul Fruta	Salteado de verduras Filete de ternera Fruta	Ensalada variada Pescado al horno Fruta	Brócoli gratinado Pavo salteado Fruta	Ensaladilla rusa Queso fresco Fruta
LUNES/MONDAY 27	MARTES/TUESDAY 28	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 29	JUEVES/THURSDAY 30	VIERNES/FRIDAY 31
Judías verdes con patatas y tomate Pechugas de pollo a la plancha Pan-fruta de temporada	Garbanzos guisados Bacalao con tomate y ensalada mixta Pan-fruta de temporada	Ensalada de pasta Merluza a la romana con ensalada Pan integral-Fruta de temporada	Judías blancas con verduras Rabas de calamar con ensalada mixta Pan-fruta de temporada	Paella mixta Huevos rellenos con ensalada Pan-Fruta de temporada
Ensalada de arroz Huevo/tortilla Fruta	Verduras al vapor Croquetas de pollo Fruta	Salmorejo Hamburguesa casera Fruta	Verduras con tomate Huevo/tortilla francesa Fruta	Ensalada de aguacate Chuleta de pavo Postre



Corpus Christi

Día de Castilla
La Mancha

